

نيجل ماي بارلو

# إعادة التفكير

## كيف تفكر بشكل مختلف؟





**Re-think, How to think differently?**





مراجعة أ. د. طلعت أسعد عبد الحميد
تعريب قسم الترجمة والنشر بمكتبة الشقري بالرياض



مكتبة سور الازبكية
تليجرام
s://t.me/kotokha

https://t.me/khatmoh



ح مكتبة الشقري، ١٤٣٢هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

مي بارلو، نيجل

إعادة التفكير، كيفية التفكير بشكل مختلف، نيجل مي بارلو

؛طلعت اسعد عبدالحميد ــ الرياض ١٤٣٢هـ

ص٢٥٦، ١٦×٢٤

ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٨٠٥٢-٠٦-٨

١ـ التفكير أ. عبدالحميد، طلعت أسعد (مترجم) ب. العنوان

ديوي ١٥٣,٢٣ ١٤٣١/١٧٤

رقم الإيداع: ١٤٣١/١٧٤

ردمك: ٩٧٨-٦٠٣-٨٠٥٢-٠٦-٨



مكتبة الشقري للنشر والتوزيع

المملكة العربية السعودية - العليا

Email:tarek@bookstores1.com

alshegrey@bookstores1.com



الشقري

ALSHEGREY

للنشر والخدمات الجامعية المتطورة

Publishing & Advanced University Services

# إعادة التفكير

## كيف تفكر بشكل مختلف؟

# Re-think

## How to think differently?


تأليف

**نيجل مي بارلو**

Nigel May Barlow



تعريب

أ.د. طلعت أسعد عبد الحميد

استاذ التسويق والإعلان –كلية التجارة – جامعة المنصورة



قسم الترجمة والتعريب – مكتبة الشقري بالرياض

2011- 1432

# *Re-think*
# *How to think differently?*
# إعادة التفكير ...
# كيف تفكر بشكل مختلف ؟

تم نشر هذا الكتاب من **Capstone Puplishing Limited**

لأول مرة في بريطانيا في عام 2006

ISBN 13:978-84112-695-1(PB)

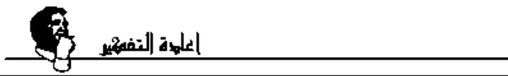
British Library Cataloguing in Publication Data

ويمكن الحصول على السجل الخاص ببيانات النشر من المكتبة البريطانية.وباللغة العربية من مكتبة الملك فهد بالمملكة العربية السعودية




طباعة وإخراج فني

# المحتويـــات




| بيـــان | صفحة |
| --- | --- |

# شكر

شكر كبير لكل الأفراد والشركات التي عملت على إعادة التفكير عبر السنوات وخاصة؛ لوضع بعض المشروعات في طريقي.

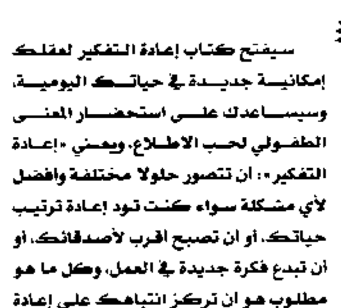
وبوجه خاص أود أن أشكر: «تشارلز كانينجام»؛ لتوضيحه العلمي، و«آنجي ماجيور»، و«مايكل رانت» على أمثلة إعادة التفكير، و«بول جيرهاردت» من أجل الصداقة والأفكار، ودكتور/ «ستيفن ستينهاس»؛ لتصميم دراسة استطلاعية، و«موسيلي كابسون» والذي كان بطلاً فطيناً وداعمًا إلى درجة كبيرة لهذا الكتاب، وللذين قاموا بملأ الدراسة الاستطلاعية حول العالم! وأيضًا «ريتشارد توميون» وكل أبطال إعادة التفكير الخاص بي من أجل الإلهام الإبداعي.

إن كنت لم أذكر أحدًا في القائمة، فهذا يرجع إلى عيب في الذاكرة أكثر من كونه سوء نية بكل معنى للكلمة.

والكثير من الشكر لـ«جانيت هانسون» والتي ساعدت في إبداع الكتاب وبدونها ـ ببساطة ـ لم يكن الأمر ممكنًا.



## مقدمة



**سيفتح كتاب إعادة التفكير لعقلك إمكانية جديدة في حياتك اليومية، وسيساعدك على استحضار المعنى الطفولي لحب الاطلاع، ويعني «إعادة التفكير»: أن تتصور حلولا مختلفة وأفضل لأي مشكلة سواء كنت تود إعادة ترتيب حياتك، أو أن تصبح أقرب لأصدقائك، أو أن تبدع فكرة جديدة في العمل، وكل ما هو مطلوب هو أن تركز انتباهك على إعادة التفكير الإبداعي، ولا يمكنك إلا أن تحصل على أفكار أفضل.**

- لا بد لنا أن نقوم ـ جميعًا ـ بإعادة التفكير، وأن من يعيد التفكير لديه:
- الانفتاح إلى حلول مختلفة وأفضل.
- آليات الرؤية القديمة بمفهوم جديد.
- وضع يفكر في «لم لا ؟» «ماذا لو» أحرى من «نعم، ولكن».
- طرق للوصول إلى مستويات أعمق من الفكر.
- معرفة كيفية خلق لحظات «وجدتها» بصورة أكبر.
- الشجاعة والإدارة لتطبيق الأفكار الجديدة.

من يقوم بإعادة التفكير هو حالم يقوم بالتنفيذ!

وبالطبع، فإن التفكير بشكل مختلف لا يحدث حلا أفضل أو أكثر نفعًا دائمًا. أعيش في أكسفورد، مدينة محبي إعادة التفكير، وخلال الحرب العالمية الثانية قام أستاذ



وفليسوف في إحدى الكليات بإقناع الحكومة بأنه لا يمكن استدعائه لأداء الخدمة العسكرية؛ لأنه في الواقع كان عاجزًا، وقد استخدم النفوذ التام لذكائه البارع لبناء حجته بصورة لا يمكن ضحدها، ومن المرجح أنه تم تعبئة الأسباب الفكرية للأمة لقضايا أكثر أهمية من تفلسف هذا الرجل.

ويعد هذا مثالا للقدرة على التفكير بشكل مختلف من دون تفكير أفضل، وعلى الأخص فطنته التي ارتدت عليه، وحينما تقدم بطلب للحصول على رخصة قيادة بعد الحرب، واستطاع ـ حتى الموظف المكتبي ـ أن يبدي حقيقة بسيطة، وهي: أن الأشخاص العاجزين لا يستطيعون القيادة، و«إعادة التفكير» لا تعني: التفكير بشكل مختلف من أجل التفكير ـ فحسب ـ وإنما ـ أيضًا ـ لإدراك حلول أفضل.

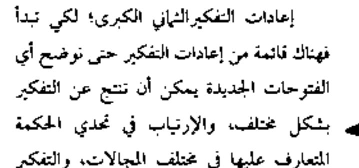
أمضيت معظم الخمس وعشرين عامًا الأخيرة في مساعدة الناس - أفرادا، وفرقا، وتنظيمات -؛ لأرى موقفهم بطرق جديدة وإبداعية في حياتهم، ومهنتهم، ونموهم الشخصي، وعلاقاتهم، وأعمالهم، وقد أخذني هذا الأمر إلى ستة قرارات، فأنا أعمل مع مجموعات متنوعة مثل: مهندسين كوريين، ومصوري برامج شبكة B.B.C.، ومديري بنوك سويديين.

وحري بي أن أخبركم أن الأمر لم يكن سهلاً، وكان هناك بعض من مجموعات المتحجرين للغاية، وكانوا ـ تمامًا ـ خبراء في الإبداع، والعديد منهم كانوا يستخدمون نفس الأمثلة في الخمس وعشرين عامًا المنقضية، وهذا هو سبب تفضيلي استخدام كلمة «إعادة التفكير» أكثر من الإبداع.

فإعادة التفكير تشمل فكرة الإبداع، وفي بعض الأحيان سأقوم بالتبديل بين المفهومين، ولكن لسوء الحظ الكلمتان لهما صلات محدودة، فغالبًا ما تكون كلمة الإبداع مكررة باعتبارها ذلك الشيء الذي يحدث في الفنون، وفي البحث العلمي، وفي عقول المخترعين، وفي الإعلام، أو ربما في الإعلان؛ حيث يتم منح الأشخاص لقب «مبدعين».

أود أن ألفت انتباهك إلى تفكير الإبداع بطريقة تتغلل وتصب في كل مجال من مجالات حياتك، وليست مجرد أمر تبسطه من أجل اجتماع رسمي للأفكار البارعة المفاجئة، ومن ثم قرر المخترع «باكمينستر فولر» أنه يود أن يجعل حياته مثل عروة مناسبة لكوكب سيار، وتلك العروة المناسبة هي جزء صغير من دفع قارب قد يكون - رغم حجمه الضئيل - له القدرة على تحويل اتجاه المركب بكامله بشكل تدريجي، وإعادة التفكير مثل البوصلة المناسبة التي يمكنها مساعدتك لتوجيه حياتك في اتجاهات مختلفة وأفضل.

**التفكير بخلاف ما جرت عليه العادة:**



إعادات التفكير الثماني الكبرى؛ لكي تبدأ فهناك قائمة من إعادات التفكير حتى توضح أي الفتوحات الجديدة يمكن أن تنتج عن التفكير بشكل مختلف، والارتياب في تحدي الحكمة المتعارف عليها في مختلف المجالات، والتفكير بخلاف ما جرت عليه العادة، وليس هذا هو مقصود الثمانية الأعلى، ومن ثم سأترك ذلك لمعدي برامج التليفزيون الذين يبدو أنهم أصبحوا غير قادرين- بشكل متزايد- على التفكير بأي طريقة سوى القوائم!.

(تقديم العلاقات بين الموسيقيين، والفنانين، والممثلين المختلفين هو أكثر من كونه طريقة ممتعة).

بإمكانك أن تأخذ أيًا من مبادئ إعادة التفكير التي تتضح في هذه الأمثلة، وأن تبدأ بتطبيقها على مشكلة ما الآن، وجميعها طرق للتفكير من جديد، ولإدراك حلول جديدة أو حتى أفضل، فهي إعادة للتفكير.

**١ - مناقضة الواضح (١): «سقطة فوسبيري»:**

«ديك فوسبيري» هو الرياضي الأمريكي الذي أحدث تغييرًا كبيرًا في القفز العالي

عن طريق الوثب إلى الوراء من فوق القضيب، وقد فاز بالميدالية الذهبية، وسجل رقمًا قياسيًا أوليًا جديدًا في عام ١٩٦٨ في أولمياد ميكسيكو سيتي، والآن اعتاد - تقريبًا - كل من يقفزون القفز العالي حديثًا على سقطة "فوسبيري" الخلفية.

**«إعادة التفكير»: قلب المشكلة التي تواجهها على رأسها، والاقتراب من الاتجاه العكسي».**

**٢- القيام بمغامرة كبيرة: الحقيقة الجنوب أفريقية، وتفويض المصالحة (TRC) بعد نهاية التمييز العنصري (في جنوب أفريقيا)، مكتب TRC)):**

كانت البداية أن أي فرد كان ضحية للعنف من أن يتقدم ويدلي بشهادته، والتي كانت غالبيتها يتم تصويرها تليفزيونيًا للأمة جميعها أوعلى المستوى الدولي، ولم يتم استثناء أحد - بما فيهم أعضاء الكونجرس العام الأفريقي، وكذلك أفراد الشرطة الجنوب أفريقية - وتم اعطاء مقترفي الجرائم - أيضًا - حق الشهادة، وطلب العفو العام، ورغم عدم تمامه، فإن هذا يعد - بوجه عام - نجاحا عظيما، وإعادة تفكير متجدد حول مبدأ العين بالعين، والسن بالسن.

**«إعادة التفكير: من الذي تحتاج أن تجتمع معه؛ لتصفية الماضي؟»**

**٣- الدفع إلى ما بعد الحدود، مثل: الصخرة المتدحرجة لـ بوب ديلان».**

لم يكن هذا التصريح لعام ١٩٦٥م - والمصنف في مجلة الصخرة المتدحرجة باعتبارها الأغنية الأكثر انتشارًا على مدى الزمن - شبه ارتجالي - فحسب - وإنما - أيضًا - تحد للإتفاقيات الفنية والتجارية لهذا الوقت عن طريق المواصلة لمدة ست دقائق، وكانت الفكرة المهيمنة أنه ليس بإمكانك أن يكون لديك أغنية مدتها أكثر من ثلاث دقائق؛ لأن الناس لن يستمعوا إليها، وأدركت كولومبيا حل المشكلة عن طريق وضع نصف الأغنية على كل من وجهي الإسطوانة المسجلة.

**«إعادة التفكير»: «ماهي الحدود القاصرة ذاتيًا التي تريد أن تكسرها؛ لكي تصل إلى حلول جديدة؟».**

**٤- التفكير في كليهما: غالبية المنتجات من التفاح.**

إن الجمع بين التكنولوجيا والتصميم، وبين الجمال والوظيفة هو واحد من إسهامات التفاح العظيمة، والمؤسس «ستيفن جوبس» شغوف بجمع الموسيقين، والفنانين، وحتى المؤرخين، ويظهر الاختلاف في عالم الصناديق الرمادية، وهي القطعة الأولى من التكنولوجيا التي أعتقد أنها جميلة.

**«إعادة التفكير»: كيف يمكنك أن تجمع بين مجالات وأشخاص تبدو عدم الصلة فيما بينهم لإحداث حلول أكثر جمالا؟».**

**٥- مناقضة الواضح (٢): اكتشاف «كوبر فيكوس» لمركزية النظام الشمسي.**

طور «نيوكولاس كوبر فيكوس» نظرية تمركز الشمس في النظام الشمسي، في بدايات القرن السادس عشر بطريقة مفصلة بدرجة كافية؛ لتكون ذات قيمة علمية، ومما يدعو إلى الاهتمام، وأن علم الفلك كان مجرد هواية بالنسبة له، بل إن اكتشافاته بأن الأرض ليست في الواقع مركز النظام الشمسي قد فتحت بوابات لتدفق الثورة العلمية الحديثة، وكان تحديًا شديدًا للآراء الدينية حول الكون ومركزية الأرض.

**«إعادة التفكير: الأخذ بعين الاعتبار أن أكثر الافتراضات جوهرية التي تضعها حول موقف ما، وتبدأ بتحديها الواحد تلو الآخر».**

**٦- إعادة كتابة دفتر قواعد:**

«ويكيديا» هي موسوعة علمية يكتبها مستخدميها؛ حيث يستطيع أي فرد أن يضيف مدخلا إليها، وهي مجانية، وللمؤسس «جيمي ويلز» مهمة بأن يجعل مقدارا كبيرا من المعرفة الإنسانية مجانيًا وملكًا للعامة، وإن كنت مشغولا بالدقة، فإن العالم قد طرح بترو ١٣ خطأ للموسوعة العلمية، وغالبيتها قام المشتركون بتصحيحها في غضون ساعات، وانطلقت أول موسوعة علمية في العالم عام ١٧٤٣، وربما يكون تأثير «ويكيديا» كبيرًا أيضًا.

**«إعادة التفكير: كيف يمكنك استخدام المتحمسين لإعادة كتابة دفتر قواعد في مجالك؟».**

**٧- التجميل الرقيق: عمل فني على مداخل الجراج.**

جعل صانع الفضة «كريس نايت» من مدخل فناء مرفق عام في «باسينج ستوك» ، بالمملكة المتحدة، وهو مركز تسوق جعل منه عملا فنيا، وتم ترشيحه لجائزة رفيعة، وأصبح «نايت» داعية لجلب نمط يومي، وأغفل الأشياء الصناعية والطريقة التي يستطيع بها الضوء من خلال مداخل الجراج تذكر بـ«فن Moorish»، وقام كذلك بإحداث لمسة جمال على عمل معدني في موقف «جيتس هيد» متعدد الطوابق للسيارات في الشمال الشرقي لإنجلترا.

**«إعادة التفكير: لا تفترض ان اي شيء هو ما يوصي به قالبه الذي لا يتغير».**

**٨ - بيع قصة: متجر الجسم Body Shop:**

إن نجاح وشهرة «متجر الجسم» ليس معتمدا على المنتجات (على سبيل المثال: لسيون النعناع للقدم ) التي يبيعها، وإنما يشعر العملاء أنهم يتاعون قيم المؤسسة القيادية «أنيتا رود ديك»، فلقد كانت حملتها ضد اختبار الحيوانات والسلب المتعلق بعلم البيئة جزءا كبيرا من سبب إقدام كثير من العملاء على شراء منتجاتها، وبشكل متزايد.

**«إعادة التفكير: ما هي قصتك؟».**

تقدم لك تلك الأمثلة فكرة بأن ليس هناك شيء كبير أو صغير للغاية لدرجة عدم إعادة التفكير، وأنه ليس هناك حدود للاستراتيجيّات التي تستخدمها، ويمكنك تطبيق إعادة التفكير على أي شيء.

وبالطبع، فإن الافتراض وراء إعادة التفكير هو أن لدينا فكرا في المقام الأول، وذات مرة كنت أدرب فتاة في السادسة عشر من عمرها على مهارات الدراسة، فقامت بإنزال كتابها، وثبت نظرها إليّ بنظرة ثاقبة في المقام الأول.

لاحظ الشاعر «روبرت فروست» أن المخ البشري يعد شيئًا رائعًا، فهو يبدأ في

العمل بمجرد استيقاظنا في الصباح، ويتوقف لحظة دخولنا العمل، ولسوء الحظ هناك الكثير من الحقيقة في هذا القول، فمن الممكن أن تظل على الدليل الآلي، وأن تمشي نائمًا إلى نهاية الحياة من دون الالتفات إلى الاحتمالات غير المحدودة والتي توجد من حولنا.

يهدف إعادة التفكير أن يجعلك أكثر إدراكًا لعملية تفكيرك، ويساعدك في فتح أدوات إبداعية أخرى حينما تحتاج إليها.

**• بحث إعادة التفكير:**



يأتي العديد من الأمثلة في الكتاب من خبرتي في مساعدة الأفراد والأصحاب؛ ليعيدوا التفكير بشكل إبداعي، وهناك الكثير - أيضًا - من قراءاتي المفرطة في الموسيقى، والفن، والأعمال، والدور الذي يلعبه الإبداع في مجالات شتى، وأيضًا ما أفضل أن أسميه «بحث مسبق»، واستكشاف تخيلات الآخرين حول المستقبل.

وبشكل تحليلي أكثر استخدمت دراسة استطلاعية تأثربها أكثر من مائة شخص حول العالم، وقد كشفت هذه الدراسة عن بعض المعلومات الرائعة حول تصور الناس لقدرتهم الإبداعية، والدور الذي تلعبه في حياتهم، والشروط المطلوبة لاستفزازها، ويوجد ملخص مفصل للدراسة في الملحق، فربما تكون شغوفًا بأن تكتشف أي الأشخاص يعدون عادة مبدعين.

والشيء الجدير بالاهتمام هو التشابه في توصيفات الكثيرين للإبداع، ورغم صياغته بلغة مختلفة، فهناك اكتشاف هام للبحث وهو: أنه بينما يرى معظمهم القدرة الإبداعية باعتبارها مفتاح نجاحهم وسعادتهم بالحياة، إلا أن عددًا قليلاً جدًّا منهم لم يتلقوا أي تعليم فيها، وهذا هو سبب كتابة إعادة التفكير.

• **منهج الكتاب:**

ربما يكون أمرًا عظيمًا قيام الكليات بتقديم مقررات علمية، تجمع بين مهارة الممارسة، وتعليم الكتابة اللاتينية، والعمل المدني، والتجارة والدين ، وعلم النفس والهندسة ، وربما تكون بداية جيدة.

وبشكل مشابه فإن كتاب إعادة التفكير هو كتاب حول الفلسفة والاشتغال بالرصاص، وبمعنى آخر: النظرية والممارسة، فالجزء الأول من كل فصل يحتوي على فلسفة ـ نظرية ـ ويتبعه عدد من إعادات التفكير، وسبل عملية بشكل أكبر لاستخدام الأفكار.



**-طوال الكتاب توجد إعادات تفكير عملية، ويشير إليها رمز في الهامش، وستكون ـ غالبا ـ فعلا، مثل: «شراء جريدة جديدة»، واحيانا فكرة جديدة؛ لتتفكر فيها مليًا».**

وإن كنت تقف في مكتبة تتصفح كتاب «إعادة التفكير»؛ فبإمكانك أن تقرأه بكامله عن طريق اتباع تلك الرموز في النص، ورغم ذلك يمكن ـ أحيانًا ـ أن يغير فهمك للسبب وراء الفكرة من رأيك بمثل ما يغير تغير الفعل؛ ولكي تعتاد على هذه الطريقة العملية في قراءة إعادة التفكير، فها هو مثال؛ لنبدأ به.

«يمكن أن يكون استخدام الكلمات بدون تفكير عائقا للتفكير بشكل مختلف، وإحدى الطرق التي من خلالها يمكن أن تحصل على جرعة من إعادة التفكير في أقصر مدة زمنية متاحة هي أن يكون لديك قاموسا لأصول الكلمة في حمامك، وهذه الطريقة لن تعجب الزوار ـ فحسب ـ وإنما ستجد ـ غالبا ـ تشجيعا سيفتح لك سبلا جديدة للتفكير».

«فلنتاول كلمة مثل: «مرض» فعلى سبيل المثال: عندما يكون أمرًا ذا جدوى بصورة أكبر إذا تصورناها باعتبارها عدم الراحة، ولكن ماذا إذا توجهنا نحو هذا الفهم الثاقب إلى أبعد من ذلك؟، وإذا عرفنا أن الضغط يسبب أو يفاقم ٨٠ بالمائة من

المرض، فهل لا نحتاج إلى وزير للإراحة؟ ولماذا لا يجب أن يكون مسؤلا أو مسئولة عن تقليل الضغط وزيادة الراحة في كل مجالات الحياة: الصحة، والتعليم، وحتى النقل، ومعالجة الخدمات الاجتماعية؟».



**لذلك اشتر هذا القاموس، وابحث عن الكلمة ذات الصلة بالمشروع الذي تعمل به في البيت او في العمل، واكتشف أصولها، وكما في المثال السالف ذكره اكتشف معانيها الضمنية».**

إن الطريقة المثلى لقراءة هذا الكتاب هي أن يكون لديك مشكلة أو موقف معين في عقلك قبل أن تبدأ في قراءة الفصل، وأنصح أن تكون مشكلة كبيرة للفصل الكبير وصغيرة للفصل الصغير، وسيكون عقلك أكثر التزامًا بحل القضية إن قمت بكتابتها أو حتى رسمتها قبل أن تبدأ في القراءة.

لا تبحر في طريقك طوال الكتاب بشكل سلبي، وأشجعك أن تضعها جانبا - مرارا - وأن تأخذ بعين الاعتبار، وتعمل وفق تناقش الأفكار التي يقدمها؛ لأنه ليس هناك العديد من قوائم التفقد في كتاب إعادة التفكير؛ لأني لست متأكدا من أنها تعمل كتيه إلى الكتاب، ومن ثم مزق الصفحات، واجعله كتابك، وربما تجد من المفيد أن يكون لديك مجموعة كبيرة من الملاحظات، وجريدة لكي ترسم وتدون الأفكار التي ترد إليك أثناء القراءة.

يشجعك كتاب إعادة التفكير على تجريب طرق مختلفة للتفكير، والتصرف، والكينونة، كما أنه استشارة، وسلسلة من الفهم الثاقب ـ لمفاهيم ـ ورحلة لحثك على الإبداع، وقد قصدت أن تكون الأربعة فصول الأولى أحجار زاوية، وأعتقد أن هناك بعض القيمة في قراءتها بالترتيب، ولكن إن كنت مكانك سأنغمس في أي مكان يبدو جديرًا بالاهتمام ؛بشرط أن توافق على اتباع النصيحة حول أن تكتب ما تريد أن تعيد التفكير به قبل القراءة.

ومن ثم لا يأتي إعادة التفكير من التحليل الفكري، وغالبا ما تجعلنا قصيدة نفكر.....

- أشياء للتفكير

فكر بطرق لم تفكر بها أبدًا من قبل.

- إن دق جرس الهاتف، فتصور أنه يحمل رسالةأكبر من أي شيء سمعته من قبل أضخم من مائة سطر.
- تصور أن شخصا ما ربما يحضر ديًا إلى بابك، وربما يكون مجروحًا وفاقدا للعقل،أو
- تصور أن أحد الحيوانات الأمريكية الضخمة قد خرج من البحيرة، ويحمل فوق قرونه طفلك الذي لم تره أبدًا من قبل.

حينها يطرق أحد ما الباب، تعتقد أنه على وشك أن يعطيك شيئا ضخما، ويخبرك أنه تم الصفح عنك، أو أنه ليس من الضروري أن تعمل طول الوقت، أو أنه تقرر أنك إن استلقيت فلن يموت أحد.«روبرت بيلي»

هل يجب أن تعيد التفكير بكل شيء؟ لا ، فسوف تصير مجنونا، وأعتقد أن هناك بهجة في المواصلة في الاحتفاظ ببعض الأشياء كما هي، والاحتفاظ بما هو جيد، ولكن متى تحتاج لأن تعيد التفكير هنا كيفية عمل ذلك.

***




## الطريقة التي نرى بها الأشياء



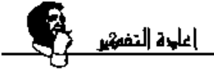
**إن البقعة البشرية العمياء ليست هي البقعة المادية التي عندها تترك الأعصاب شبكية العين، ولكن افتراضنا الشعوري بأن العالم هو كما نراه، والشيء الوحيد الذي لا أستطيع مشاركتك فيه . حتى ولو كانت هناك علاقة حب تجمعنا . هو تصور العالم بالطريقة التي تتصوره بها .**

أود أن ألفت انتباهك إلى الطرق المختلفة لتجريب كيفية خلق عقولنا للعالم الذي نعرفه، ومن ثم فأنا أمتلك طريقة غير معهودة لتقديم نفس الاجتماعيات، فبدلا من أن أخبر الناس عن نفسي حوالي ١٥ دقيقة في التقديم أطلب من الناس أن يقدموني عن طريق الإجابة على أسئلة حول عمري، وخبرتي السابقة، وأسرتي، وهكذا.

**حاول عمل ذلك بالنسبة لنفسك، فهذه هى صورتي دون الإجابه في الفراغات:**

- ✓ العمر.......
- ✓ التعليم(إن وجد).....
- ✓ آخر وظيفة حقيقية (إن وجدت)....
- ✓ الحالة الزواجية / الأطفال.....
- ✓ السيارة التي أقودها.....
- ✓ سيارة أحلامي.....





✓ الجريدة التي أقرؤها.....

✓ الهوايات / الاهتمامات....

حينما أكون مع أحد الحضور يستطيعون الكتابة عني في دقيقتين وهو ما يدهش، فكيف تسجل تلك الانطباعات بهذا الشكل السريع للغاية؟ ومن ثم يجيب الناس على الفور: أن ذلك يعتمد على الفطنة، والخبرة، والأساليب الخاصة في السلوك، ونبرة الصوت، ومجموع نقاط العدادات الصغيرة جدًا، وهم محقون في كل ذلك، ولكنها ـ بالطبع ـ لا تمنعهم من أن تكون غالبية إجابتهم خاطئة.

لم يكن لديك بعض من هذه التلميحات، ولكن من غير المحتمل أن تتوقف عما تعتقد أنه تخمينات دقيقة نوعًا ما!

إن للحيتي تأثير قوي على إجابات الناس، ورغم أنها حديثة نسبيا في حياتي، إلا أنها تخلق إحساسا بأني درست علم النفس، أو الاجتماع أو أي شيء أدبي، وأني أقود سيارة ماركة «فولفو أو ساب»، وأني عضو في جماعة السلام الأخضر، وأني اجعل اللبن الرائب بتماسك، وأني أقرأ جريدة يسارية مثل: «الجارديان»، وفي الواقع غالبية هذا ليس صحيحا، ولكن الشيء الذي في غاية الغرابة هو كيفية خلق إيماز مرئي صغير، لعالم كامل وثري من الافتراضات بهذه الطريقة الفورية / المباشرة.

وبالطبع لا تهمنا الإجابات، وإن كنتم تشعرون بالخداع قليلا ـ وأنكم مهتمون جديا ـ راسلوني عبر البريد الإلكتروني، والقضية هي أننا جميعا نخترع قصة للواقع في عقولنا، ونادرًا ما نتوقف لنتفكر بها، وغالبا ما نفرضها بلا وعي على الآخرين، فعلى سبيل المثال: أتذكر أني حينما أعطيت مجموعة إسبانية هذه المهمة / الواجب، قالوا: إني أقود سيارة ماركة «فورد مونديو».

«لا، لا أقودها»

«حسنا، يجب أن تفعل»

وعندها أخذوني إلى اختبار قيادة في واحد من مراكز «مونديو» في وقت الغداء!

إن الخط الحقيقي هنا هو أن كلانا أنا وأنت نجعل الناس والمشكلات في صنف واحد - ونعتمد في الغالب على معلومات محدودة أو سطحية - وقد تم إجمالنا - جميعا - في صنف واحد في وقت ما في حياتنا أو في وظائفنا، فحينما يقول شخص ما: «إن انطباعي الأول لا يخطئ أبدًا»، فهذا يعتبر نبوءة بالكمال الذاتي؛ لأنه نادر ما يتم التحقق منه.



والشيء المدهش هو الكم القليل من المعلومات المدركة الذي نحتاجه لتأليف قصة باطنية / داخلية حول الأشخاص والمواقف الأخرى، ومتى ما يكون أي منا عميل، فنحن نحتاج إلى تجربة واحدة - فحسب - مع المطعم، أو الفندق، أو المتجر قبل أن نفرض حب أو كرة المكان، وحينما يقول لي الناس: إنهم ليسوا بحاجة لأية معلومات؛ ليخبروني الكثير عن أنفسهم، فلا أظن أنهم يقولون إنهم قادرون على التخاطر، بل الأحرى أننا ندرك الآلاف من المعلومات التي تتخيرها عقولنا كل ثانية قبل إحداث صورة مقلوبة ومعهودة للعالم.

إن صورة شبكة الإدراك الحسي السابقة هي ترجمة مبسطة إلى حد كبير لكيفية رؤيتنا العالم، فنحن نستقبل مدخلا من المحيط الخارجي في شكل حي متعدد، يقوم المخ بمعالجتها وينشئ إستجابة ملائمة (ربما يبعث على الأمل).

يحدث التفحص، والاختيار، والرفض، واختيار بدائل وسطية لا تعد بشكل فوري مما يوقفنا عن إدراك العلمية ذاتها.



**«إنه لشيء أتوماتيكي للغاية أنك إذا أنزلت هذا الكتاب، وحدقت بنظرك على أي منظر تراه أمامك الآن - استمر، وافعلها - فإنه منظر مكتمل من الألوان، والأشكال، والأصوات، وسوف ينبثق أمامك مباشرة من دون أي فصل شعوري واضح، ومن ثم فكر في ماذا فعلت لتخلق هذا المنظر؟».**

كيف يتم الاستقبال




لا يبدو أنك فعلت أي شيء، فكل شيء هناك تماما بطريقة ما، كما لو كنا قد لبسنا نظارة شمسية خضراء اللون، فيبدو كل شيء أخضر، والمشكلة هي أن الصورة مركبة بشكل فوري للغاية حتى إننا نسينا أننا نرتدي النظارة، وأن كل شيء يتسرب من خلالها.

تأتي الصورة التي تجذب الانتباه لذلك بما يستحق الذكر عن شرطي أيرلندي، والذي كان ينبه المذنبين بالابتعاد عن السجن قائلا:

«كيف ترغبون أن تقضوا تسعين يوما في أرض ضوء الشمس المخطط؟».

إن لم نكن حريصين، فمن الممكن أن تمضي تسعين عاما بهذه الطريقة ننظر من خلال قضبان إدراكنا.

دعونا نكتشف الإدراك بشكل أبعد، فإذا أعطيتك المدخل «كوداك»، فماذا ترى؟ أشخاصا يتصلون بالكاميرات بشكل مباشر، ويرى البعض اللون الأصفر للزي المميز للشركة، وقد كان هذا يمثل مشكلة كبيرة لـ«شركة كوداك» منذ بضع سنوات حينما كانوا يحاولون الارتقاء بآلات النسخ الفوتوغرافية.

وحينما يسمع العميل المحتمل بالاسم، يكون لشبكتهم الادراكية الحسية تاريخا ثريا من الافتراضات التي تتكرر من دون تغير اسم «كوداك» بأنه شركة تصوير فحسب، «شكرا، لدينا وفرة في الأقلام، ولا داعي للاتصال، ومن ثم كانت هي

الإجابة الانفعالية المباشرة، وسيشهد الناس في معظم المجالات بصعوبة تغير إدراكات الآخرين، ومثل «كلاب بافلوف»(١)، وأصبحنا مرتبطين بشروط.

وإذا قلت لك: «ما الذي في اسم إدارة العمال؟» فأنا متأكد من أن شبكتك سوف تنتج مباشرة افتراضنا للأشخاص الذين يتقاضون أجرا دون المستوى إلى حد كبير، والذين يقومون بوظائف غير ذات قيمة، ولا بد من ترقيتهم إلى مجلس الإدارة غدا، ومضاعفة رواتبهم، أو إذا قلت لك: «بائع سيارات» عندئذ يكون واضحا تماما أنك ترى شخصا ما أهلا للثقة، وربما توقع له شيكا مفتوح القيمة الآن.

وهنا لا يهمنا في الواقع القصة التي لديك في شبكتك؛ لأن قضيتي هي أننا لدينا مكتبة ضخمة من الافتراضات البديهية، سواء سلبية أو إيجابية، حتى بمجرد أن نسمع اسم أو لقب، وحينما عملت بصناعة السياحة في أيرلندا مؤخرا (أحببت فكرة أن أمتلك كل الأقطار، وليس مجرد منظمات أو أفراد كزبائن)، فقمت على سبيل التجربة بإخبار المدخل بأن الإنجليز كانوا - حقا - أشخاصا شديدي الانفعال، وساء فهمهم إلى حد كبير في البلدان التي احتلوها في الماضي، وبالطبيعة أدى ذلك إلى محادثة مشتدة بعض الشيء؛ حيث إن قيمة مئات السنين من الخبرة لا تتماشى تماما مع هذا الرأي!.

وإن كان يجب أن نفكر على نحو أكثر دراية، ونعيد التفكير، ونعيد تفسير العالم الذي نراه، فمن الضروري أن نكون أكثر وعيا بعملية الملائمة التي يقوم بها مخنا لنا لآلاف المرات في اليوم الواحد، ومن ثم نحتاج أن نبطئ أو نعلق ممارسة صنع مثل هذه الأحكام الانتقائية؛ لكي نسمح لطرق جديدة للرؤية بأن تصبح متاحة بالنسبة لنا.

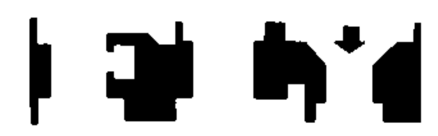
وبينما يسري الضوء ٧٠٠ مليون ميل في الساعة، فإن هذا الإبطاء لا يمكن أن يكون عادة بالمعنى الآلي بلا إدراك، وإنما بالطرق التي تفسر وتفكر بها في المعلومات التي تدخل إلى عقولنا، وهذا إعادة تفكير.

---

(١) المترجم – كلاب بافلوف هي تجربة علمية ربطت بين تقديم الأكل للكلاب وضرب الأجراس ... وقد أثبتت التجربة أن مجرد ضرب الأجراس يثير لعاب الكلاب حتى بدون تقديم الطعام.

ورغم ذلك، فإن «فهم» هذه الفكرة فكريا ليس كافيا لتغيير الطريقة التي نرى بها الأشياء، وهنا تجربة مرئية أخرى، ومن ثم انظر إلى الصورة، وقل ما هذا؟.

وحسب علمي فإن الشخص يحتاج عدة ساعات؛ ليحل رموز هذه الصورة، وإن لم يكن بإمكانك الانتظار لهذا الوقت الطويل، فإن الإجابة في أسفل الصفحة (١).



«وما الذي يبنى على ذلك؟» الذي يبنى هو أن شبكتنا الإدراكية الحسية تنبهت إلى إجابة، وتسترخي، وتعتبر أنها الإجابة، وتتوقف عن البحث حتى عن حلول أفضل.

كما أن معظم الإدراكات الأولى للناس هو أن هناك العديد من الإجابات هنا، وربما تكون أجزاء من معدات آلية، أو تصميم مصنع، أو صنبور، أو سهم، ولكن ما يبدو أنه الحل الأنسب الذي يطرق في المكان الصحيح، فإن البحث عن حلول جديدة يكون في نهايته، فقدنا «عذريتنا» الإدراكية والحسية، ولاحظ طول المدة التي تنظر فيها إلى الصورة، والصعوبة الأكبر هي العودة إلى رؤيتك الأصلية والغير محددة.

ومن ثم فأنا أسمي هذه المشكلة «مشكلة التجربة»، وبمجرد أن نرى حلا جيدا بدرجة كافية، فإننا نحتاج إلى جهد وشجاعة ومقدرة عقلية؛ لكي نبحث عن طرق أفضل، فعلى سبيل المثال: إن كان لدينا ضربة يد أمامية مناسبة في التنس أو ضربة ـ لكمة ـ جولف عاقلة، فإن معدل قدرتنا يمكن أن يكون مانعا للتغير أكثر من إذا كنا مبتدئين بكل معنى الكلمة.

وليس هناك حل مكتمل، وإنما يمكن أن يكون هناك بحث مكتمل للحلول، ونزع عقلنا لا يمضي في عملية البحث إن لم يبد أنه يلائم الاحتياجات الباقية المباشرة،

وعلى مر الزمن ربما نطور طرقا ثابتة أكثر لرؤية الأشياء، وذلك هو سبب وصف التقدم في السن باعتباره «تصلب الفئات»؛ ولذا قمنا بتصنيف المشكلة، ووضعناها في صندوق، وتوقفنا عن التعلم.

وهذا بدوره يساعدنا أن نصبح أقل إدراك بقليل للطريقة التي نرى بها الأشياء، ومن ثم يتم وصف فهم أنفسنا باعتباره كبح أنفسنا عن طريق أربطة أحذيتنا، ويصف «أنطوينو داماسيو» عالم الأعصاب البارع عملية امتلاك عقولنا التي بها - فقط - نفهم أنفسنا بأنها «مصابة بالدوار / حمقاء».

**هل تعرضنا لغسيل مخ؟**

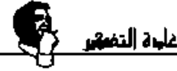


جميعنا تعرض لغسيل مخ بدرجة ما، وليس تماما بالطرق المستخدمة وقت الحرب، والتكيف الأيدلوجى التصوري، والاستفهامات، والتعبدات، ولكن بطرق أكثر عمق وخفاء.

هلا اعتقدت ذلك؟

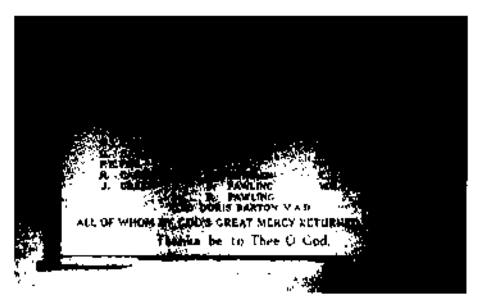
أظهر العالم النفسي في جامعة كاليفورنيا «ماثيو ليبرمان» مجموعة صور فوتوغرافية بحثية لأوجه سمراء جميعها غير معبرة، وفي ثلث الحالات تم استثارة لوزة المخ - التي غالبا ما تسمى «الرعب في المخ»، كما أنها المسئولة عن حربنا وعن استجابة القرار، وهذا صحيح بالنسبة لكل من الموضوعات السوداء والبيضاء على حد سواء بأن القوالب الاجتماعية نختارها جميعا بلا وعي بصرف النظر عما ربما نفكر فيه بوعي.

**حينما يولد الاعتقاد هي مقال «ألوك جاه» في جريدة الجرديان، ٣ يونيو ٢٠٠٥** ويرى أن الإدراك الذاتي هو ملمح أكثر من أي شيء يميزنا عن الطبيعة الغريزية للمملكة الحيوانية، كما وصف العالم البيولوجي «جوليان هيكسلي» الطبيعة البشرية بأنها ارتقاء أصبح مدركا لذاته، وأنها تماما عملية التفكير الأتوماتيكية والجوهرية للغاية بالنسبة لنا، كما أنها صحيحة من المنشأ الذي نفكر فيه، وبينما غالبيتنا لم يتوقف



عن التفكير في ماهية الفكر.

دعنا نرى إذا كنت تستطيع بديهيًا أخذ معنى من يقوم بكل هذا التصور،حتى ولو لثانية مختصرة.






**«اسحب عقلك من الكلمات التي قرأتها في هذه الصفحة، واجلس واسمح لنفسك بالإسترخاء، وكن مدركا لمن يقوم بالإدراك، وهل توصلت إلى المعنى الأكثر غموضا بأنك انت، ومن ثم انظر إلى العالم من خلال عينك، هل انت ذات الشخص كما كنت من قبل؟، في عموم التغيرات الظاهرية في جسمك وفي الأشياء المحيطة بك؟».**

يمكن اكتشاف هذه الحالة من الإدراك الذاتي بصورة أكثر عمقا من خلال ممارسة التأمل، ولكن حتى التفكير يساعدنا في أن نصبح على وعي بكيفية التحكم في إدراكنا الداخلي في رؤيتنا للعالم.

- **الإدراكات «R»:**

إن الطريقة المختارة لرؤيتنا للأشياء مشروطة بعوامل ثقافية، وكذلك عوامل فردية، والفعل مهيأ لاختيار رسائل معينة أكثر من رسائل أخرى.



**«من المحتمل أنك ألقيت نظرة سريعة على الصورة من كنية بلد إنجليزية في الصورة السابقة، والآن ضع يدك عليها لثوان قليلة بينما واصل أنت القراءة».**

ماذا رأيت؟ معتادة وحزينة، أليس كذلك؟ أو على الأقل هذا ما قاله كل شخص ـ تقريبا ـ أخذته ليراها، ونحن لا نراها بانتباه؛ لأننا نألف بشكل كبير قوائم قتلى الحرب، ونرصها بانطباعات متشابهة، وحينئذ نمشي.

نقول هكذا نحن، ولكني أفترض نوعا معينا من الإدراك المشروط بالتفكير الأوربي، والتجربة مصنوعات يدوية متشابهة، ومن ثم قام صديق من آسيا بقراءتها كما هي، واندهش من الطريقة التي رأيته أنا وآخرون بها، وقد قال بوضوح السطر الأخير: إن الكثير جدا ما يراقب (يمكن أن ترفع يدك الآن!).

«وجميعهم عادوا بسلامة وبفضل رحمة الله العظيم».

**الإدراكات المتعارف عليها:**

**في حفلة شاي نسأل «بيكاسو» لماذا لم يرسم الأشخاص كما يظهرون؟ وحينما سأل سائله عن كيف تبدو زوجته في الحقيقة؟ أخرج صورة صغيرة، ولكنها محاكية للواقع بدقة لامرأة، فقال «بيكاسو»: آه، إذن زوجتك طولها ١٢ بوصة فقط؟».**

ورغم ذلك دعونا لا نقفز إلى الاستنتاج بأن هذه الطبيعة الأتوماتيكية للإدراك سيئة بالكامل، فإن لم «نشرف» على الانطباعات الحسية التي نستقبلها، وحينها لا نصبح قادرين على الفعل ـ التصرف ـ أبدا، فإن المحاولة الشعورية ـ الواعية ـ لتأويل كل جزئية من المعلومات التي نستقبلها تعني أننا ـ ببساطة ـ لن نستطيع القيام بالأفعال التي تتضمن إطلاقا للآلاف أو الملايين من الرسائل الكهربائية والكيميائية فيما بين الخلايا العصبية للمخ والمهام اليومية مثل: صنع كوب من القهوة، أو قيادة السيارة، أو إدخال اسطوانة مدمجة في المشغل، ومعظم الوقت تكون عقولنا هي الدليل الذاتي.



تأمل تجربة شراء سيارة جديدة، والنظر نحو الطرقات، فما الذي تلاحظه في الأسابيع القليلة الأولى لشرائك هذه المركبة؟ فجأة تبدو الشوارع مليئة بموديلات مشابهة، أو أنك ستعثر على كلمة جديدة؛ وعلى سبيل المثال: تستخدم من يقوم بمختلف المهام، وفجأة تجدها في كل مقال تقرأه، وفي التليفزيون تسمعها عرضا في محادثة، أو تذكر مدينتك الأم في نبذة في جريدة، ويقفز هذا مباشرة إلى صدر إدراكك، وتقوم بحجب القصة الأكثر أهمية موضوعيا.

فأنت وأنا نرسم من دون وعي المحيطات الخارجية لخرائط الواقع الشخصية إلى حد كبير ـ الخاصة بنا ـ والتي تعتمد على الاستغراقات الذهنية الداخلية، والاهتمامات والمعتقدات، وفي الواقع بإمكاننا أن نبدل التعبير اليومي «الرؤية هي الاعتقاد» تماما، ونعيد التفكير فيه باعتبار أن «الإعتقاد هو الرؤية».

إن رؤيتك لما تعتقد فيه ـ فحسب ـ قد يكون خطيرا، كما في حالة القرويين في جنوب أمريكا الذين ليس لديهم أي شيء في «شبكاتهم» العقلية، ومن ثم يتلاءم مع أشرعة سفن الغزاة الأسبان؛ لأن الأشرعة ليست في قاعدة معلومات ذاكرتهم، وبذلك لا يفهمون التهديد القريب، وعادوا إلى زراعتهم، ولقد رأوه لكنهم لم يعتقدوا.

ومن ثم كانت مئات قليلة من الأسبان قادرة على غزو أجزاء واسعة من القارة؛ لأن الناس الفطريين ليس لديهم أدوات إدراكية حسية؛ ليعدوا أنفسهم للأسلحة غير مألوفة وتنظيم الغزاة.

وفي الوضع التنافسي، فإن «الأشرعة» من النوع الجديد ـ غالبا ـ ما تكون التكنولوجيا المشتتة ـ أو المنافسة ـ أو مركزك في السوق ـ غير مرئيين، وتكون الاستجابة الأولى لآلة البخار، أو التليفون، أو آلة الاحتراق الداخلي، أو الكمبيوتر الشخصي، أو الإنترنت هي الرفض، وغالبا ما يعني هذا: الخوف من الجديد، كما أن القادة المنغمسين بشدة في افكار الأمس يمكن أن يفقدوا القارب.

**هل الرؤية هي الاعتقاد؟**

**بعدما زارت «الملكة فكتوريا» حديقة الحيوان بلندن؛ لترى الزرافة لأول مرة، وعادت إلى القصر تغمغم، «ولا زالت لا أصدقها ».**

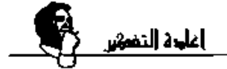
وكان نصيرهذا النوع المحدود من الإدراك هو المهندس الأعلى لمكتب بريد هو السيد/ «ويليام بيرس»، وحينما أنكر قيمة التليفون عام ١٨٩٦، وقال: إن الأمريكيين بحاجة إلى التليفون أما نحن فلا، ولدينا الكثير من السعادة». وأتصور بهجتي عند تقديم هذا الاستشهاد للإدارة العليا لشركة الإتصالات السلكية واللاسلكية البريطانية، وكانت استجابتهم هي أنه لسوء الحظ بعض الأفكار ذاتها ظلت مؤكدة إلى مائة عام تالية.

والآن لا بد أن يكون واضحا أن خريطتنا العقلية للعالم ليست نفسها العالم العقلي الذي نبحر من خلاله «الخريطة ليست الأرض»، وهي الرسالة الرئيسية في هذا الفصل، وهناك تعبير عسكري قديم يقول: «إذا كان هناك اختلاف بين الخريطة والأرض، فإن الأرض يعتد بها».

ومعظم الوقت نحاول من أجل الراحة أن نوفق العالم في خريطتنا، وبينها يعمل ذلك جيدا تماما بالمعنى الحرفي لإيجاد طريقتنا إلى السينما أو المطعم، وفي مجالات أكثر تعقيدا في حياتنا، فهي ـ تقريبا ـ دقيقة مثلما تقول الخرائط القديمة «ويوجد هنا حيوانات التنين».

وبالطبع، فإننا بمجرد أن نصير مدركين، و تغير خريطتنا الداخلية لا يعدل بالضرورة قوانين الطبيعة في عالمنا الخارجي، ولا أقول: إنه لا يوجد شيء مثل الموضوعية، وهناك قصة ذات علاقة بـ«أبو كريفا» حول مجموعة من الفلاسفة الصينين الذين جلسوا على ضفاف نهر «يانج تسي» لمناقشة ما إذا كان النهر يوجد بالفعل أم لا، وخلال اجتماعهم يغمرهم النهر ويغرقهم.

**وأكثر الأشياء اهمية والتي نحتاجها: لنتذكر الطريقة التي نرى بها الأشياء، وهي ثلاثة اشياء:**



- نحن نرى العالم بشكل انتقائي، و نرى ما نتوقع أن نراه، ونسمع ما نتوقع أن نسمعه.
- يعتمد إدراكنا بشكل كبير على خبرتنا السابقة والاشتراط.
- غالبا ما يخطئ إدراكنا، وخريطتنا للعالم، ونفترض أن الآخرين يعملون من نفس الخريطة.

وما يلي ذلك في قسم إعادة التفكير هي طرق تطبيق هذه المعتقدات على المواقف اليومية.

- **إعادة التفكير رقم ١: استعارة إدراكات الآخرين:**

**- «إيجلد» متحمس:**

منهك، متراخ، وينقصه الشغف؟ أصوات مثل الإعلان عن حبة دواء عجيبة، أليس كذلك؟ من المحتمل أن هناك مجالات في حياتك هامة بالنسبة لك، ولكنك فقدت (أو فشلت حتى في أن تجدها) الشغف، وباختصار، فإنك تحتاج لإعادة التفكير؛ لكي تجدد إدراكك.

جربت ذلك حينما كنت أؤدي امتحانات المحاماة في لندن، وكان عليَّ أن أدرس مجلدا ضخما حول قانون الأرض، هذا المجلد له غلاف جذاب على نحو خادع، وذو لون أخضر، وخطوط متموجة، ولكن بداخله ينكشف رعب تام (بالنسبة لي) بسبب الأقسام العديدة لقانون تشريع الملكية لعام ١٩٢٥، وهو ما زال جزءا حيويا في قانون الملكية الإنجليزي، وكنت رجلا يبحث عن الحبة السحرية.

وذات ليلة كنت أجلس في واحد من الفنادق الصغيرة الأربعة التابعة للمحكمة، وفندق Gray؛ حيث كان على المحامين تناول العشاء لعدد محدد من الليالي، ويريد تناول العشاء هناك في اجتياز الامتحانات حول هذا الجانب من المهنة القانونية،وعلى يساري بمكانين كانت هناك فتاة أمريكية متحمسة حول قانون الأرض في البداية، واستجبت للموقف الإنجليزي المعهود تجاه الحماسة، فهي إما مجنونة أو أنها

تبيع شيئا ما! وكانت تشرح كيف أثرت المعرفة التي اكتسبتها، وتجربتها في التجول خلال شوارع لندن بشكل إيجابي، فعلمها أن هذه الضيعة مستأجرة، وأن تلك ملكية مطلقة، وهكذا مكنها من أن تفهم الكثير حول التركيب الاقتصادي والاجتماعي لبلدها.

وباستمراري في وجبتي أدركت ببطء أني اخترت استجابة سلبية للغاية تجاه عملي، وأني تصورته أنه مجرد عمل روتيني يعوقني، ولم يكن هذا في حالة «نصف الكوب الممتلئ، ونصف الكوب الفارغ»، فقد كنت بعيدا عن هذا المقياس المحدد، وكنت أشكر لنفسي أن أحدا لم يعطني حتى كوبا!

## أين كوبي؟

**غالبا ما نتحدث حول «نصف الكوب الممتلئ أو نصفه الفارغ» ولكن من الواضح أن هناك وضعا ثالثا: «إن أحدا لم يعطيني حتى كوبا»**

الآن لن أتظاهر بأني ولدت من جديد، وأني ـ سأختار بحماسة ـ كتبت القانون على رواية جديدة، ولكن كما لو كان زرا صغيرا في مخي تم الضغط عليه، ومن وقتها وجدت نفسي أقبل على دراساتي بإيجابية أكبر، وإن كان شخصا آخر قد وجد سحرًا في كل ذلك، فعندئذ كانت خسارتي عدم اكتشافي بعض وثائق الصلة والفائدة على الأقل.

ومن ثم لم أتحدث مع تلك الفتاة لأشكرها، ولكن ذلك الفهم الثاقب البسيط أصبح موجها عظيما لي في حياتي، فأنا أنشد باستمرار هؤلاء المتحمسين لموضوع ما حتى وإن لم يكن بإمكاني رؤيته، ومن ثم أتجنب هؤلاء ذوي الأصوات السلبية ـ المصوتين بالرفض ـ وجماعة «ليس من كوب على الإطلاق».

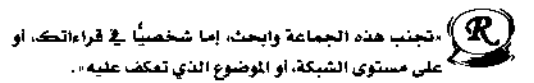
## حماسة إعادة التفكير:

**يمكن أن تقيد اللغة شبكتنا أو توسعها، وغالبا ما تعني «إعادة التفكير»: معاودة زيادة المعنى الحقيقي للكلمات التي نستخدمها من دون وعي، والحماسة في الأصل هي من اللغة اليونانية، en-theos ، وهناك**



**شيء روحاني حول كونه متأثرا بالحماسة أو بانفعال الآخر، حتى ولو كان تعلم اللغة النرويجية، أو ضغط دفاتر القيد المزدوج، أو تاريخ النقل في بلدك (ثلاثة موضوعات لا تملؤني البهجة بشكل مباشر)، ويمكنك أن تجد متحمسا، وأنت تختار.**

استمع إلى عرض من المحادثات في مطعم أو في أتوبيس ستصبح على وعي بمستوى منخفض من السخط، والأشخاص يسترسلون في علاج، ومن ثم افعله بنفسك لانتقاء الآخرين زملائهم، ورؤسائهم، وأسرهم، وحتى رفقاء الحياة، كما أنه مسلك سهل في شبكتك إلى حد قوي ، ولكنك تملك الخيار!



**«تجنب هذه الجماعة وابحث، إما شخصيًا في قراءاتك، أو على مستوى الشبكة، أو الموضوع الذي تعكف عليه».**

الحماسة معدية، ومن ثم فإنها الرصاصة السحرية التي تحتاج إليها إذا أوشكت بطاريتك على النفاذ.

- **إدراك الزائر:**

نعلم ـ جميعا ـ أن الزائر لمدينتك أو بلدك ربما يصبح ـ سريعا ـ على دراية بالمكان أكثر من قاطنيه، وبشكل بسيط تماما يرى السكان - بشكل أكبر - الأماكن المفروغ منها.



**«لماذا لا نتبنى رؤية الزائر؟ ونسأل بقدر الإمكان الكثير من الزوار عن رؤيتهم لثقافتنا، وتاريخنا، والأشياء المحيطة بنا».**

وكم يختفي بيننا من كثرة الزائرين من الخارج، فدائما ما يكون لي عادة أن أسألهم عن تصوراتهم حول أكسفورد أو إنجلترا؛ ولذا قال أستاذ صيني مكث معنا: إن أكثر ما يغرم به هو رؤية كثير من كبار السن يتجولون في الشوارع وحدهم.

وذكر لي صديق من نيبال أن الفرق كان واضحا للغاية فاجسهم بالنوع سواء على شاشة التليفزيون، وفي الجرائد، وفي الإعلانات، ورغم ذلك فهي من ناحية

عقلية، إلا أن عمومية وجود هذه الصور تجعل العقل متبلدا ـ غبيا ـ بخصوص شيوعها. و«لكنه لاحظ كذلك الفرص الأكبر للنساء في المملكة المتحدة مقارنة بأقاليم نيبال الريفية؛ حيث من غير المتوقع ـ بوجه عام ـ أن تكمل النساء تعليمهن.

وهناك طريقة واحدة يمكن من خلالها أن نلعب دور الزائر، وهي عن طريق تهيئة عقلنا؛ ليلاحظ أشكالا معينة من حولنا، وكانت أولى التعليمات لمصور فوتوغرافي شهير للمجموعة التي يقودها هي أن «يصوروا أي شيء ذا لون أصفر»، وعلى غير المعهود فإن تضييق الإدراك بهذه الطريقة يمكن أن يسمح لك برؤية أشياء وصلات معينة بشكل أكثر تركيزا.



**«وبدلا من ذلك، يمكنك ان تهيئ عقلك كليا؛ ليبحث عن التغييرات التي تطرا فيما يحيط بك في الخمس سنوات الأخيرة، والعلامات الأولى للموسم الجديد، او السعادة النسبية على الوحدة التي تمر بها في الشوارع».**

ومن المدهش كيف ستصير إدراكاتك أكثر حدة وتجدد حينما تعد عقلك للتركيز على نحو ضيق بدلا من التركيز على رؤية المنظر المعتاد.

ونعني ملاحظة نفس الشيء، ومحاكاة أكوابنا الإدراكية: أننا ربما نرى نفس المنطقة، وعلى الجانب الآخر تعني ملاحظة الملامح المختلفة تماما، وشيء ما فريد بالنسبة لنا، وما نعمى عنه هو ستة بلايين طريقة للإضافة إلى طرق أخرى لإدراك العالم، ومن ثم يفتح حب الاستطلاع العقل على الطريقة التي نرى بها الثقافات المختلفة للأشياء على نحو لا شبيه له.

### رؤية الأشياء بشكل مختلف:

قارنت دراسة حديثة في جامعة ميتشيجان بين الطريقة التي ينتبه بها الطلاب في أمريكا الشمالية، وبين الطريقة التي ينتبه بها الطلاب في الصين إلى الصور الفوتوغرافية من خلال تتبع حركات أعينهم، ولاحظ الباحثان «ريتشارد نيسبت»

و «فاي شو» أن الرؤية الشرقية هي استيعاب محيط وخلفية الصورة بكاملها، وبينها ركز الأمريكيون (من ذوي الأصل الأوربي) بشكل أكبر على التفصيل في حدود الصورة.

وانتهى «نيبت» إلى أن «الآسيويين يرون العالم حرفيا بشكل مختلف، فهم يعيشون في عالم أكثر تعقيدا من الناحية الاجتماعية من العالم الذي نعيش فيه، وبالتالي فإن عليهم أن ينتبهوا بشكل أكبر إلى الآخرين أكثر مما نفعل نحن؛ لأننا نؤمن بالفردية».

المفيد ( (WWW.WorHilemag.com )

رؤية الأشياء بشكل مختلف - حرفيا

«كارت روزنجرين» - ٢٣ أغسطس ٢٠٠٥

وبتطبيق ذلك بشكل أقرب على المنزل، يصبح هناك فجوات ثقافية شديدة بين الآباء والأبناء، ومن ثم بإمكانك - بالتأكيد - أن تختبر انفتاح «شبكتك».

فإذا ما تصديت لموسيقى أطفالك، فإن كنت تتصور أنك غير معرض لأي ضيق في الإدراك - فقط - انظر إلى السن الذي عنده استجبت مثل: أبويك إلى الموسيقى، كما أنه حينها تجد نفسك تقول:

- هل هذه - حقًا - موسيقى؟
- لماذا هي صاخبة إلى هذا الحد؟
- لا يمكنني سماع الكلمات.
- أراهن أنهم لا يستطيعون العزف بشكل مباشر.

وتأتي اللحظة أسرع مما نعتقد، وربما نعتقد أنه في مجالات عديدة في حياتنا يتسع صدرنا للغاية لما هو جديد، ونستثني - فقط - التفتح العام لعقلنا حينها نسمع أشكالا معينة من الموسيقى، وهذا هو أول الغيث من حيث انغلاق العقل.



**«حاول أن تستمع، انصت، وأن تناقش - بدون حكم بقدر الإمكان - موسيقى أبنائك، والآن أنا استمتع «بميوزك وسحر روس».**

وأخيرًا، يمكن أن نستعير إدراكات الآخر من خلال التوافق مع شخص متحمس، وهو كذلك خبير، وحين التجول لأي في أرجاء الريف مع صديقة لديها معرفة متخصصة بمعمار ـ هندسة ـ المناظر الإنجليزية، وأدركت أنها تفهم كلا من الحاضر والماضي اللذين هما بالنسبة لي مجرد حقول، وحينما أمضي وقتا مع شخص متحمس يحاضر في الأوبرا، ومن ثم أستطيع أن «أستعير» إدراكاته لوقت طويل بدرجة كافية حتى أثري فهمي للموسيقى التي أجهلها إلى حد بعيد.

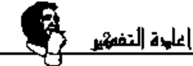
فتلك الفرص جميعها حولنا، ولكنها تتطلب أن نتروى ونعدل إدراكاتنا؛ لنسمح بتأثيرات جديدة، وإن فكرة الزائر أو المتحمس فكرة جديدة، ويثيرها البحث عن تجارب ومعرفة جديدة، واجعل هذه الفكرة فكرتك.

- **إعادة التفكير (٢): مخيلات جديدة، وأبطال جدد:**

من المحتمل أن يكون هناك مخيلات في عقلك تبحث بفكرك عن إبعادها، ولا يزال بعضها يعد مزاحا؛ لتلهو به، وبإمكاني أن أتدرب على تسجيل خدعة القبعة لفريق كرة القدم الإنجليزي بينما أعلم في نفس الوقت أن هذا لن يحدث.

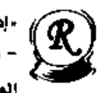
ورغم ذلك، فإن المخيلات التي يمكن أن نحولها إلى واقع مفيد جدا، وخاصة في النصف الثاني من الحياة، وشبه عالم النفس السويسري «كارل دانج» هذا التحول في الحياة بتحول النسيج المزخرف أو غطاء السرير: ربما لا يكون الجانب المعاكس مبهجا للغاية، ولكنه يمكن أن يكون أكثر ثراءا وسحرا. ومن ثم يمكننا أن نستخدم هنا قوة الإدراك الاختياري من أجل التأثير الإيجابي.

كنت مدربا لرجل أعمال أخبرني أنه حينما كان في مرحلة الطفولة كانت إحدى مخيلاته أن يتعلم عزف البيانو، وتحدثنا عن سبب أهمية ذلك بالنسبة له، وما جعل



الفكرة تستقر في ذهنه. وبعدها بأسبوعين أجرى إتصالا هاتفيا بي؛ ليقول لي أنه رأى إعلانا في جريدة محلية عن بيانو مستعمل، فاشتراه، وتلقى بالفعل الدرس الثاني في تعلم البيانو، وبعد ذلك بعام تحدثنا ثانية ووصف لي كيف يستيقظ قبل ميعاده بنصف ساعة؛ ليعزف وحبه لكل دقيقة يقضيها في العزف. إنها مخيلة استطاع أن يتعقبها في أي وقت في حياته، ولكن لأن حديثنا جعلها في مقدمة عقله، «فهيأ» نفسه ليلاحظ الفرصة في جريدة يقرأها كل أسبوع .

ويمكن أن نقول: إنها مجرد هواية أكثر منها مخيلة، ولكن بالنسبة له فهي أكثر من تسلية، وإن ثراء تجربة، وجلوسه على البيانو، واستماعه إلى ـ في رأسه ـ ذات مستوى أبعد من المستوى الذي يعزفه، ويعد مخيلة حبه.



**«إذن ما هي «هوايتك الخيالية» للأشياء التي كنت – دائما– ما ترى نفسك تفعلها إن كان ـ فقط ـ لديك الوقت؟ واختر واحدة، وابحث عن الفرصة؛ لتبدأها الآن.**

وبالطبع ربما تكون مخيلتك كذلك حول الأماكن التي تود زيارتها ـ حقا ـ والتجارب التي ـ دائما ـ ما حلمت بها، ولم يكن هناك وقت أبدا، وخاصة في العالم الغربي حينما تكون الفجوة أو الحاجزين للرغبة وبين إشباعها صغيرة للغاية، فقط إذا تمكنا من إقناع أنفسنا بأن نبدأ.

فما الذي تعطيه لشخص لديه كل شيء؟ عادة لا شيء سوى التجربة بمناسبة عيد الميلاد الستين، ونظمت زوجة لزوجها رحلة طويلة له ولابنه إلى الهيمالايا بدلا من الحفلة المعتادة، وهؤلاء الأشخاص لم يكونوا أثرياء لكن عادة ما توجد طريقة إبداعية لتقرير ترسيخ هذه الأشياء؛ ولذا لا تشاهد في التليفزيون – أو تقرأ عن – الأربعين شيئا الذي لا بد أن تقوم بهم قبل وفاتك، فتلك هي الخدعة التي تجعل التجارب قيد الحياة / مرحة بالنسبة لك.

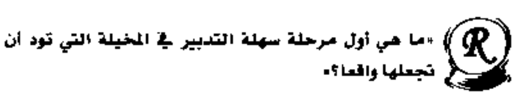
تلك الأشياء مزاح، أو أنشطة لإثراء الحياة، ولكن تكون مخيلتك أكبر، ومن ثم

أخبر سباح نحيف يبلغ من العمر اثنى عشر عاما مدربه أنه يريد الفوز بميدالية أولمبية ذهبية، وربما في سباحة الصدر، وبدلا من الاستخفاف منه أخذه المدرب بصورة واقعية، وساعده بفلسفة «إخفاق الحلم» العملية، وبمعنى آخر: وضع له علامات مسافة تعمل عكسيا من الحلم في المراحل التي يمكن تحقيقها، وهكذا في الشهر الأول فعليك أن تبحر هذه السرعة، والشهر الثانى عليك أن تتدرب أكثر، وهكذا.

فالسباح الذي نحن بصدده هو «أوربان مور هاوس» الذي فاز بالذهبية الأولمبية عام ١٩٨٨، وقد احتفظ بنفس المدرب من يوم كانت مخيلته وحتى صار الأفضل في العالم، والخاتمة الجديرة بالاهتمام لهذه القصة هي أن مدربه لا يستطيع السباحة.

وهناك مثال لافت للنظر لتحلل المستحيل إلى أجزاء طيعة، وهي قصة متسلق الجبال «جوسيمبسون»، والتي يحكيها فيلم «لمس الفراغ»، وزحف ١٩,٠٠٠ قدما إلى الأسفل من «جبل أندين» وتعرض لأضرار أكثر فظاعة، وبشكل فائق للعادة، فقد عزا الكثير من بقائه على قيد الحياة إلى ساعة غير ذات قيمة تقريبا اشتراها من ورشة إصلاح فرنسية، وبهذا فقد حلل نزوله المتعرج إلى فواصل زمنية من ٢٠ دقيقة؛ لأن الصورة الكبيرة كانت من المستحيل إدراكها، وكان يهدف إلى الوصول إلى صخرة كبيرة أو أن يتدلى في تلك الفترات ذات العشرين دقيقة» وإن فعلها في ١٨ دقيقة يزهو بنفسه، وإن فعلها في ٢٣ دقيقة يغضب في حق نفسه.

فهذا أمر حياة أو موت، فكان دفاع «جو» هو أن يصل ـ فحسب ـ إلى موضع؛ حيث يمكن إيجاد جثمانه بعد موته، ولكن يمكننا تطبيق نفس التفكير على أشياء عظيمة نود أن نجربها أو نحققها في حياتنا، ولا نخاف أبدًا من أجل أن نجعل أبصارنا لأعلى، ولكن يكون لدينا الحكمة؛ لنحللها إلى مراحل طيعة.



من الصعب أن تستخدم كلمة «مخيلة» اليوم من دون أن يفترض الكثير من الناس أنك تعني: شيء ما في نفسك وتأتي واحدة من الأكثر إعادات التفكير براعة عن مصدر غير مألوف للغاية.

• أبطال جدد بدلا من هؤلاء القدامى:

معظمنا لديه أبطال، وبطلات، أو نماذج أدوار نكتسب منهم الإلهام، وربما يكونون شخصيات تاريخية ـ على قيد الحياة أو ميتة ـ شهيرة أو معروفة لنا، ولكن أي دور تلعبه هذه الشخصيات حاليا في مساعدتك؛ لتعيش حياة إبداعية ناجحة أو حماسية، والتي تعرف أنك لا بد أن تحياها؟، ومثل ذلك الاهتمامات التي تضعها في C.V الخاص بك، والتي لا تمتلك لها وقتا ـ الآن ـ لتستمتع بها، فربما تكون قائمة أبطالنا.



**«من هم أبطالك؟ ولماذا لهم هذا التأثير عليك؟ تعد هذه مناقشة ساحرة تقوم بها مع رفيقة عمرك، أو أصدقائك، أو حتى من المحتمل مع أستاذك».**

غالبا ستجد أن ذلك مثل عرض مرآة لحياتك - أو على الأقل حياتك كما تتمنى أن تكون



**«إذن لم لا يوجد (أ) نظرة أكثر عمقا في حياة، وإنجازات، وحكمة هؤلاء الذين تضعهم كقائمة باعتبارهم أبطالك الأحياء، و(ب): إيجاد بطل واحد على الأقل؟».**

هل كان لديك في وقت من الأوقات مخيلة الكتابة؟ فغالبية الناس لديهم هذه المخيلة، وبطلي الجديد وضيائي الموجه في هذا الشأن هو رجل فرنسي اسمه «جين دومنيك بوبي»، وكان قد ألف كتابا شديد الملاحظة إلى حد الغرابة، وهو كتاب «بيت الغطاس والفراشة»، وفي الثالثة والأربعين من عمره دخل «بوبي» ـ الذي كان bon viveur ورئيس تحرير مجلة (هي) الفرنسية ـ فجأة في أعراض مرضية متشابكة؛ حيث كان العضو الوحيد الذي يستطيع

تحريكه هو عينه اليسرى، وكان عقله هو الشيء الوحيد الذي بقي على قيد الحياة.

وقد أملى كتابه البارع من خلال الرمش بعينه اليسرى لعدد مختلف من المرات؛ لكي يشير إلى كل حرف أو علامة ترقيم، وقد مات جراء أزمة قلبية في ١٩ من مارس عام ١٩٩٧ بعد يومين من نشر كتابه.




ومعاودة التفكير في التاريخ هي أن قيمتها الحقيقية لا تكمن في القراءة حول صعود وسقوط الحكومات، الحروب، والتاريخ. وإنما في استخراج الإلهام من حياة الأشخاص المرموقين، وهذا يمنحنا فرصة أفضل لخلق مستقبل أكثر نجاحا لأنفسنا وهؤلاء من حولنا، والفكرة بأنه عن طريق فهم التاريخ يمكننا أن نمنع أنفسنا من تكراره، ولذلك يعد سخفا في واضح الأمر، وربما أمعنا النظر كثيرا جدا في تاريخ الفشل أكثر من الأعمال العظيمة أو العبقرية، أو نموذج ترويض الإبداع.

ومن ثم يجب علينا دراسة العقول المبدعة كوحدة قياس لكل حلقة من الدرجات العلمية.

- **إعادة التفكير (٣): تنظيف تام لمعتقداتك:**

إن ذكرياتنا ومعتقداتنا ليست قابلة حين نشاء، فنحن نعيش وجودا سريع الزوال في نقاط اشتباك، أو في فجوات، فيما بين الأعصاب الموجودة بمخنا، ولكنها تشترط أن ما نلاحظه علينا أن نبالي به ونتنبه إليه.

ولهذا فمن أجل التفكير بشكل مختلف تصور تنظيفا تاما لمعتقداتك، وهذا يعني: تعريضهم للهواء، وأحيانا لأول مرة، ويعني ذلك: إدراك أن بعضا من معتقداتك التي تحملها هنا وهناك معك لسنوات لم تعد صحيحة بالنسبة لك، وهناك شكل شجاع للغاية من إعادة التفكير وهو الإقرار لنفسك أو للآخرين بأنك كنت ـ ببساطة ـ مخطئا، وقد يتطلب هذا قدرا كبيرا من الشجاعة من عالم الفيزياء «ستيفن هوكنج» أن يعترف لأقرانه في مؤتمر أنه كان مخطئا في معتقداته حول الثقوب السوداء ومخطئا لعقود عديدة.

إن المحادثات الإبداعية مع الآخرين هي نقطة البداية، ويعني «تبادل الآراء مرارا، وأخذ أحكامنا الاعتباطية في نزهة وتجديدها وصقلها من خلال الحديث إلى شخص ما راجح العقل، وعندئذ تهدئتها من أجل نوم جيد في أعشاشها المريحة.

تعني «المحادثة الإبداعية»: أننا مجهزون لاختبار معتقداتنا وآرائنا، وبطريقة مثالية شخص ما ذو فكر مختلف، إذن قم بالمغامرة وتحدث إلى شخص غريب.

وعن طريق تعرض أنفسنا لعقول أخرى، ومن خلال مناقشة أو قراءة مادة لا نتعامل معها في العادة يمكننا أن نصل إلى مناطق أعمق في إدراكنا لمحاولة فهم ما يؤمن به رفيقنا، أو زميلنا، أو حتى منظمتنا.



**«اسأل والدتك، أو زوجتك، عن معتقداتهم حول المسائل الكبيرة: الهدف من الحياة، وماذا يحدث بعد الموت؟ والقيمة الحقيقية من التعليم .وهكذا».**

**المدينة الفاضلة**

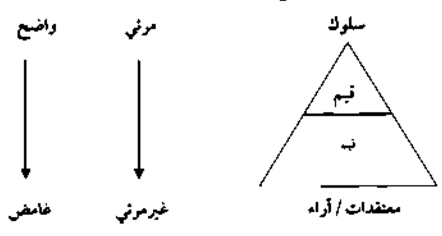
**«قلت لأشخاص حينما كانوا يعملون هنا ان عليهم ان يقولوا: اهلا لعشرين شخصا يوميا، واقرءوا كتابا لم تقرءوه ابدا في المعتاد، وعندها قوموا بمناقشته، واطهوا وجبة للأشخاص الذين يقومون بذلك بينما يذهبون للعمل، واجعلوا احدا ما يتمنى ان تكون صحيحة».**

«تيم سميث»، مؤسس مشروع المدينة الفاضلة»

تجربتي هي أنك ستندهش وتسحر، أو حتى ستفزع قليلا حينها تبدأ هذا المستوى من المحادثة، وفزعك ربما يكون مؤشرا إيجابيا في أنك في طريقك لتفكر على نحو مختلف، وحينها يستخدم الناس جملة «لست متريحا لهذا» تستهويني - غالبا - الإجابة، «حسنا فإنك تحكم على الشيء الجيد بألا يجب أن يكون التغيير ليس مريحا».

إن المعتقدات أعمق من القيم، والتوضيح «جبل المعتقدات الجليدي»، يصور كيف أن معتقداتنا وآراءنا هي الأساس الذي تقوم عليه قيمنا وأفعالنا، واكتشف أن صديقا يعتقد بأن لنا أكثر من حياة واحدة، وهذا يعني أنه يقدر الطبيعة وكل أشكال الحياة الأخرى، وربما لأنه حساس تجاه شكل الحياة الذي سيعود إليه! وهذا يترجم إلى التصرف بعطف وكونه شغوف بضيافة الغرباء والضيوف.

- **جبل المعتقدات الجليدي**



ربما يبدو ـ أحيانا ـ الربط بين هذه المستويات أنه واه، ولكن دعوني أعطيكم مثالا عمليا من دوري كمتحدث ومدرب لرجل أعمال.

إن شركة Lexus هي واحدة من الموكلين الخاصين بي في المملكة المتحدة وأوربا، وحينما دخلت سوق السيارات لأول مرة لم يمنحها أحد ـ تقريبا ـ الفرصة للمنافسة مع ماركات الرفاهية الأخرى، وبوجه خاص مرسيدس وBMW، ولكن في سنوات قليلة زادت مبيعاتها، وفاقت منافسيها الذين يحوزون الإعجاب بشكل أكبر، وعلى مدى أكثر من عقد، كانت تفوز بجائزة معدل إنجاز رضا العميل.

ويأتي مقدار كبير من هذا النجاح من مستوى المعتقد، ودافع Eiji Todo، والشخص الحالم وراء ميلاد Lexus، وعن المعتقد بأنه يمكن تركيب سيارة رفاهية أكثر اكتمالا، وأن Lexus يمكن أن تفوز بالسباق للتنافس، وأن مواصلتها للكمال يمكن أن يخطو للأمام نحو مستوى جديد بشكل متكرر،والنموذج الجديد له مئات من براءات الإمتياز الجديدة، ويتم ترجمة الاعتقاد في الهدوء والإدارة السلسة إلى التجربة بأن المركبة Lexus يمكن أن تسير بسرعة ١٢٠ ك في الساعة بكوب من الشمبانيا فوق جسم السيارة من دون سكب قطرة واحدة.

وهذا المعتقد في طريقة أفضل، وطريقة تمثل الأوجه الأفضل من الحياة اليابانية (التي تسمى اليوم عامل ١)، ويتم ترجمته بحكم الطبيعة إلى قيم Lexus مثل: «معاملة ضيف في بيتك»، وأخذ هذا جديا والتحرك لأعلى الجبل الجليدي، فمن غير المحتمل أن تفشل في التصرف بطريقة تؤدي إلى أفضل المستويات من العناية بالعميل التي تحسم المنافسة، وهي تعمل!.

والمعتقدات هي التي تولد القيم، والتي بدورها توجه السلوك، وإن كنت في منظمة، فتنافس تصريحات القيم - فإن غالبيتها لا يمكن تميزها - ومن ثم امض إلى الأعمق، وابدأ بالمعتقدات، وينطبق نفس الشيء على حياتك الشخصية.

**أسئلة المستقبل هي:**

- لماذا نعتقد / أعتقد أنا / متى يمكن أن أسهم بشيء أفضل ومختلف، وأكثر

قيمة في العالم؟

- لماذا نحن / أنا في هذا الدور أو في هذه الوظيفة؟
- وبماذا نعتقد / أعتقد حول الطبيعة البشرية؟
- ما الغرض الذي نعتقد/ أعتقد فيه بأنه غرض المنظمة؟.



**«اوصيك بأن تجعل في حياتك فراغا ووقتا ليس للأحاديث عن الأمور الزهيدة، وإنما للمحادثات حول الأمور الهامة، ومن أجل محادثات أعمق مع نفسك، اجعل المحادثات حول الأمور الهامة ومع القريبين منك، ومع معارفنا ذوي الخبرة».**

وبهذه الطريقة فسوف تكون رافعًا مرآة لمعتقداتك الأعمق؛ لترى أيا منها سيبقى صحيحا، وأيا منها يحتاج لأن يتم الإلقاء به في التنظيف التام.

## حديث كثير حول أمور زهيدة، وحديث ليس كافيا حول أمور هامة؟

ويشكل مفهوم فربما تشعر مثل هذه المحادثة بارتباك بسيط في البداية، حتى لو كانت محادثة مع ذاتك،وهناك طريقة لجعل المحادثة رشيقة وهي أن تبدأ بشيء ما أخف: وما الذي تعتقده أنت أو الشخص الذي تتحدث معه حول كلمة«عجيب» قليلا؟ ويمكنني أن أطمئنك أن حتى منافسي الرجل العقلاني أو السيدة العقلانية يؤمنون بشيء غريب، وربما شيء لم يخبروه لأحد من قبل أبدًا، وربما يكون أن Elvis مازال حيا (هل لا تعرف ذلك؟)، أو أنهم تم اختطافهم بواسطة أجانب، وعندئذ يمكن أن تضحك، وتسترخي، وأتوماتيكيا سيفتح عقلك؛ لتكتشف أشياء إضافية من الممكن أن تتحقق منها.

أحد الأشخاص الذين سألتهم أجابني إجابة مدهشة ولاذعة بأنه يعتقد، أو اختار أن يعتقد بأن والده الذي مات حينما كان في ١٢من عمره مازال حيا، وكان

غالبا ما يبحث عنه في التجمعات أو في أي وقت انتعش فيه ونهض من مرضه، وبالطبع فإنه يعرف بعقلانية أن والده قد توفي، ولكن حتى بعد خمسين عاما ظل يبحث عن والده، ويجد الراحة في الاعتقاد بأنه سيراه مجددا، وهو ليس مجنونا، فهو مهندس منضبط وعملي جيد جدا.



**متى يقوم الناس بأشياء سابقة للعرس ، والتي يركزون عليها في الظاهر، والمستوى المادي للحياة، ولكن من غير الضروري مبادلة ما تؤمن به: ليكون الغرض من العلاقة، ودور الأطفال، وما الذي تعتقد أنه سيجعلكما في أقصى درجات السعادة؟ ويمكن تقليل الحزن المستقبلي إن كان يمكن عمل ذلك بطريقة عميقة التفكير».**

قمت برسم خط عند اقتدائي بكاتب شهير ادعى أنه رفع بيان مهمة خاصة لأسرته في يوم زفافه، ولكن بداية المحادثة، أو الكلام الهام ـ الآن ـ أنه وقت التنظيف التام.

* * *




# إيقاظ حب الاطلاع



**نعتمد على قدراتنا لكي نكون محبين للاطلاع القائم على التعجب، وليس على التسليم بصحة كل شيء، ومن السهل أن تصير أعمى عن الجمال الذي بخارج نافذتك، سواء أكنت تنظر من غرفة معيشتك، أو من القطار، أو من الطائرة، ولذلك فأنا أندهش لدى رؤيتي المسافرين من رجال الأعمال على طائرة ويقرءون جريدة «الفايننشيال تايمز» حينما تكون شمس المغيب ككرة من اللهب فوق جبال السحب على مبلغ من البصر.**

إن اكتشاف الطريق الذي تسافر عليه قليلا في عقلك يخلق منها عقليا لخلق حلول جديدة، وإن فكرت في خطوط الترام الحديدية، فسوف نفقد الكثير.

ويعني «التعجب»: تقدير الحياة حق قدرها على نحو تام، وإذا فقدنا هذا الإحساس، فلا نكاد نكون أحياء، أو على الأقل على دراية باحتمالات جديدة، ولكن كوننا محملين بمعلومات كثيرة للغاية «ربما يوسع من قدرتنا على التعجب إلى حد أنها تفقد مرونتها أو ارتدادها.في حلقات تليفزيونية حديثة حول محيطات العالم، ومن ثم اكتشف عالم الطبيعة «ديفيد أتينبورج» وفريقه أنواعا جديدة غير معروفة لأي شخص على سطح الأرض، ووجدتني أفكر «حسنا، دائما ما كنت أعرف أن هناك الكثير من الأسماك في البحر».

ويميل مشايه أحب قصة السيدة العجوز التي لم تر المحيط أبدًا، فأوصلها شاب مسعف إلى شاطئ البحر؛ حيث وقفت وشاهدت تيارا من المياه في غضون عشر دقائق قبل أن تهز رأسها وتقول: هل هذا هو كل ما يفعله البحر؟.

إن شفقة العقل لا تكل أبدًا، ولكن لدينا «كلل التعجب»، ويحدث ذلك لأي إحساس نواجهه بحمل ثقيل: هل يوجد ١٠٠ بليون عصب في المخ؟ فبمجرد أرقام هواتف (رغم أني أود أن أراك تحمل رقما طويلا على هاتفك نوكيا!)، والصورة التي تستحوذ على ذلك بالنسبة لي هي إعلان لمنتج للشعر؛ حيث تنفض ممثلة «هوليود جينفر أنيستون» شعرها، وتغمز لنا قائلة: «هنا يأتي العلم» كما لو كانت تقول: فلندع هؤلاء الرجال الغرباء ذوي المعاطف البيضاء، يخبروننا بعض الأشياء التي لا يمكن تصديقها حول منتج لجزء من بليون من الثانية، ولكن من الأفضل ألا تتعجب في الواقع. فقط انظر إليَّ!.

إذن هنا يأتي العلم، وسأقدم لك بعض المعلومات.



**«لا تلق بنظرة عاجلة فحسب على القائمة، ولكن اسمح لنفسك بمتسع من الوقت؛ لكي تفكر مليا في أي من المفردات التي توسع عقلك، واذهب لنزهة، و فقط دع الفكرة التي تعمل في عقلك، أو ناقش ماذا تعني بالنسبة لك مع صديق أو مع أطفالك».**

دع أي استخفاف جانبا، وهذا جيد لهدم أفكار، وأقترح عليك هنا أن تجعل قدرتك على التعجب مرنة، وأن تسمح لعقلك أن يتخيل الصور وراء الأرقام.

- هناك ١٠٠ بليون نجما في مجرتنا.
- هناك ما يزيد على ٢٠٠ بليون مجرة (في الكون المنظور).
- المادة الصلبة التي نراها واهية تماما، ونحن نمثل ٩٩,٥ ٪ من الفراغ.
- إن الحواسب الآلية الفائقة والأكثر تعقيدا في هذه الأيام، والتي تعالج بلايين



عدة من الأجزاء في الثانية تعد ضعيفة بالمقارنة مع قدرات المخ البشري في المعالجة غير المقصورة على المعلومات.

- الذرات ليست أشياء، ولكنها مجرد أهداف.
- يتمدد الكون بمعدل متزايد دوما (لكن اشعر بصلابة الأرض التي تبدو تحت قدميك).
- لديك ـ الآن ـ في جسمك أكثر من مليون ذرة،والتي كانت ذات مرة في جسم أي ما سواء أكان فردا عاديا أو مشهورا .
- من مجموع الذرات التي في جسدك، يأتي إحلال ٩٨٪ منها خلال العام = جسم جديدا!.
- نحن نتقاسم ٩٦٪ مما لدينا من حمض DNA مع الشمبانزي، ونصف جينات ثمرة الموز موجودة كذلك في الجينات البشرية، ولدينا ٨٥٪ كسمكة الزرد.

ليس صعبا أن نأخذ الفكرة من «أليس في بلاد العجائب»، ونؤمن بالمستحيلات الثلاثة قبل الإفطار، وجميعها توجد من حولنا.

هذه ليست فراسات يمكننا ـ ببساطة ـ أن نعمل بمقتضاها، وإن كان العالم يتهادى من خلال الفراغ بسرعة كبيرة، ويدور حول محوره، ولا تعني هذه المعرفة أننا يجب أن نثابر بشدة، ولكن ذلك يمكن أن يوقظ إحساسنا بالتعجب؛ لأننا هنا قطعا نحيا زمنا فيه يمكن أن تتكشف أدواتنا العلمية للفراغ بشكل أعمق للغاية، أو أعماق المحيط أو أماكن أبعد في كوكبنا.

إن لم تجرب بعض التمدد في عقلك حينما تقرأ المفردات فيما سبق سأندهش كثيرا، وما يوقظ إحساسنا يجب الاطلاع عليه؛ فالحقيقة المجردة هي أن لدينا القدرة على إمعان الفكر، والاكتشاف، والتفكر مليا في المعاني، كما إن الغموض الأعمق، والشيء الذي حقق فيه العلم ـ وأعينه المتبصرة الظاهرية ـ نجاحا في توضيحه هو طبيعة

الشعور ذاته، ومن ثم قال كابتن «كيرك» في سجل رحلته: « فراغ داخلي – الحد النهائي»، وكان «ونستون تشرشل» يرى أن «إمبراطوريات المستقبل هي إمبراطوريات العقل».

وبالطبع، فإن توضيح أسرار الشعور جيد إلى ما أبعد من مجال هذا الكتاب، أو من المحتمل أي كتاب آخر، ويعني ما تبقى من هذا الفصل بالطرق العلمية التي من خلالها يمكننا إيقاظ حب الاطلاع حول أنفسنا وحول الآخرين، وهو يبدأ بالتعجب.

- **لماذا إعادة الاكتشاف؟**



قال «إينشتين»: إنه من المدهش بعد التعليم الرسمي ألا يتبقى عند أي فرد حب الاطلاع، ويتلخص ويتغلف ذلك في عبارة قالها لي عميل ذات مرة، وهي: «شهر واحد في وظيفة وستصير أعمى».

وحينما سألت جماعة من الناس عن معنى هذه العبارة أجابوا على الفور: أنهم سرعان ما أصبحوا جزءا من الأثاث، وأن أنظمة ونمطية العمل سلبتهم تجدد الفكر، فقد تعلموا أن يقبلوا الأشياء كما هي.

وبالطبع، فإن كلمة «شهر واحد» اعتباطية، فالنسبة للبعض تكون ثلاثة أيام؛ حيث إنهم في الأيام الثلاثة الأولى لموقف جديد، ويفكرون على الأقل في الأسئلة الصعبة والمحرجة، مثل: «لماذا تقوم بذلك هكذا؟ وما هو النظام لكذا؟ وما الذي يفعله بالفعل؟» ومن المحتمل أن يسبب ذلك السؤال الأخير من هذه الأسئلة مشكلة كبيرة، ولكن على الأقل فأنت ترى الموقف بعين جديدة أخرى من الغوص في موافقة محققة.



والمشكلة هي أنك بمرور الوقت سيكون لديك سلطة كافية لتمثل لهذه الأسئلة الاستشارية، وربما ستصبح أنت نفسك جزءا من المشكلة.

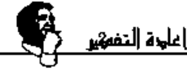
والفاتح الطبيعي للعقل هو السؤال الموثق «لماذا؟»، فكما تعلم فإن الأطفال يستخدمونه طوال الوقت، وبعد «لماذا» الثالثة، وربما نشتري لهم ذلك شيكولاتة؛ لأنك أنت نفسك لا تعرف الإجابة، ولكن يمكنك أن تطبق هذه الاستراتيجية بصورة مفيدة على الموضوع الذي نفكر به الآن.

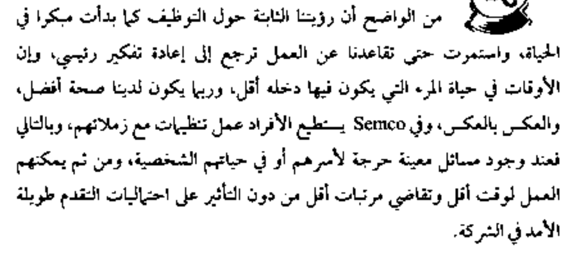


**«ذكر عقلك به واسأل ثلاثة: «لماذا» على الأقل حول الطبيعة الجوهرية لمهمتك، واسمح لعقلك أن يكتشف أين ستأخذك تلك «لماذا» الثلاثية، واحتفظ بالأفكار في ورقة».**

وعلى الأقل يوجد مقاول واحد ناجح يُسَيِّر أعماله كلها من خلال قوة السؤال «لماذا» بشكل متواصل وبطريقة مفرطة، وساذجة، وطفولية، ويدير «ريكاردو» سمسار شركة Semco في البرازيل على هذا المبدأ وباعتبارها شركة تصنيع في الأصل، فإن هذا العمل الذي يبلغ معدل تداول رأس المال به عدة مئات من ملايين الدولارات قد حول نفسه من التصنيع إلى IT، والملكية، والخدمات؛ لأن كل عدة شهور قليلة يجلس الأفراد في العمل ويتساءلون فيما بينهم: لماذا نحن في هذا العمل على وجه الخصوص؟ ولماذا لا نكون في عمل آخر؟ وعندئذ فهم يريدون العمل طبقا لذلك وفي العملية التي اصبحت تقريبا دليلا على التضخم: ٢٧٪ من النمو السنوي على مدى العشرين عاما الماضية في ركوب لعبة القطار المتعرج (خط سكة حديدي مصغر في مدينة الملاهي) هو ما يخبرنا الاقتصاد البرازيلي بقصته.

وأكثر ما يحدث وقعا في نفسي حديثي مع هذا الرجل المسترخ، والمتحدث بهدوء، هو كيف ساعد الاستخدام الفضولي لـ «لماذا» لتحويل ممارسات عمله، بطريقة تأمل أكثر المنظمات ضخامة أن تحققها، عن طريق مجرد إحداث مهمة لطيفة وبيانات قيمة، والعاملون بشركة Semco بإمكانهم اختيار ١١ طريقة مختلفة لقبض رواتبهم، (لم لا؟) فالعاملون هم من يوظفون عمالا آخرين ويقررون رواتبهم (لم لا؟)، والحقيقة بأنهم على الأقل يتميزون بالصلابة ـ قساة ـ مثلهم مثل «الإدارة»، فكرة لا تكاد تكون موجوده في semco.





**«لماذا لا تختزل العمل قليلا؟»**

من الواضح أن رؤيتنا الثابتة حول التوظيف كما بدأت مبكرا في الحياة، واستمرت حتى تقاعدنا عن العمل ترجع إلى إعادة تفكير رئيسي، وإن الأوقات في حياة المرء التي يكون فيها دخله أقل، وربما يكون لدينا صحة أفضل، والعكس بالعكس، وفي Semco يستطيع الأفراد عمل تنظيمات مع زملائهم، وبالتالي فعند وجود مسائل معينة حرجة لأسرهم أو في حياتهم الشخصية، ومن ثم يمكنهم العمل لوقت أقل وتقاضي مرتبات أقل من دون التأثير على احتمالات التقدم طويلة الأمد في الشركة.

وهذا يعد مثالا رائعا لكيفية إثراء الحياة «من خلال كون الشخص محبا للاطلاع بشكل إبداعي حول ما يسلم معظم الناس بصحته، وملاحظة «ألبرت إينشتين» بأنه لم يكن بالضرورة أكثر ذكاء من الآخرين في هذا المجال، وكما يدلل عليه معدل درجاته المدرسية، ولكنه كان محبا للاطلاع بشدة حول ما يجعل العالم يعمل هو دعوة واضحة لإيقاظ «جين» حب الاطلاع فينا جميعا.

- **حب الاطلاع والبحث عن الجديد:**

أندهش من كم المرات التي يمكن أن أجلس فيها على العشاء مع أشخاص لم ألاقيهم من قبل، ومن ثم أكتشف قدرا كبيرا من حياتهم، وعواطفهم، ومعتقداتهم، و حتى تعلم أساسيات عني حينما كنت في العشرين من عمري، وكان الناس يسألونني في الحفلات عما أفعل، وكنت أقول: إني تدربت كمحام وقتها وكنت أدرس التأملات الباطنية كطريقة مساعدة للناس ـ لضبط ـ الضغط وليصبحوا أكثر إبداعا وشيء من بلع الريق، وسألوني «في أي فرع من القانون تخصصت؟» وهذه بقعة عمياء نتقاسم فيها جميعا؛ لنكتشف غير المألوف.

وليس ضروريا أن تكون هذه هي الطريقة؛ فبينما يكون لدى العقل نزعة؛ ليتعطل ويؤدي إلى تقدم في العمر باعتبارها الطريقة الأكثر ثبوتا لرؤية الأشياء، والأشخاص

الذين يبقون على عقولهم نشطة لا يحتاجون أن يظهروا،وهذا متوقع.



**«الأشخاص الذين يهتمون بالآخرين هم أنفسهم جديرون بالاهتمام على نحو أكبر».**

وما يمنعنا عن اكتشاف المزيد حول الآخرين هو نزعتنا للمخالطة وللحديث مع الأشخاص راجحي العقل، والمتوازنين وذوي الأحكام شديدة الدقة، وأشخاص ..... مثلي.

ونفس الشيء بالنسبة لأذواقنا الشخصية، فإذا ذهبت إلى مكان للموسيقى (أو - كما من المحتمل في هذه الأيام- سجلت نغمات) فهل تستغرق في التفكير، سألقي نظرة لأرى ما هو الجديد هنا في الموسيقى المدنية أو العالمية ؟ أو هل نفكر؟

«سألقي نظرة ـ فقط ـ على الأقسام الشهيرة التي تعودت عليها» وهل لديهم النسخة الرئيسية المعادة لـ«حيوان الغرير الأمريكي» الذي يعيش في Marquee ١٩٧١؟.

**اعمل مثل «جون بيل»:**

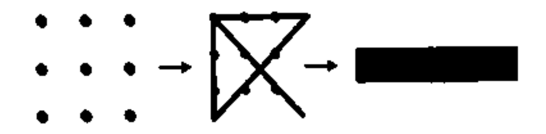
قال العظيم «جون بيل»: إنه ـ دائما ـ ما كان ينصت إلى الشيء الذي يسمع به من قبل أكثر من الشيء الذي يعرفه بالفعل، وبينها ـ الآن ـ يعني: حب الاطلاع ذلك أنه معجب بالموسيقى التي يعاني منها الكثير من قاعدة معجبيه الأصليين، فإن ذلك يظهر حب الاطلاع على الجديد وغير المجرب، والذي هو في لب الإبداع، وهو من المؤكد ما ساعده؛ لكي «يعيد إختراع» وظيفته مرارا وتكرارا.

فمتى كانت آخر مرة حاولت فيها أن توسع ميولك -الأدبية، أو الفنية، أو الموسيقية أو العلمية-؛ لكي تكتشف شيئا جديدا وحديثا بالفعل؟ أو أنك التزمت بالفكرة «أنا أعرف ما أحب»؟.



**«المرة القادمة التي تذهب فيها للبحث عن موسيقى - أو كتب أفلام - أضف شيئا جديدا لما هو مألوف أن تضعه في سلتك».**

**افتراضات تساؤلية:**



حينما تكون في الطريق للعمل على أن «تفكر خارج الصندوق»، وتأتي مرحلة في كتاب تكون حول الإبداع، وليس هنا! كما أؤمن أنه تعبير مقتصر،وحينما سألت أن أساعد جماعة من الناس؛ لكي يفكروا خارج الصندوق، فدائما ما أجيب، أي صندوق؟» إذا كنت أتحدث إلى شخص مشبع بكلام الإدارة ستظهر كلمات مثل: «نموذج» «وفكرة»، ولكن غالبا ما سيقول الناس: «أنت تعلم ماذا أعني»، ومن ثم أنت تعلم ماذا أعني» هي جملة مدخرة في الإنجليزية حينما لا تكون لدينا فكرة لكيفية توضيح شيء ما غالبا ما تكون غير محبين للاطلاع حول الصندوق الذي نحن بداخله؛ لأنه ـ ببساطة ـ قريب ووثيق الصلة للغاية حتى أصبح مرئيًّا بالنسبة لنا.

انظر إلى اللغز القديم حول كيفية جمع ٩ نقاط في شكل مكون من ثلاثة خطوط من ثلاث نقاط، ومع أربعة خطوط مستقيمة، ومن دون أن يترك القلم الورقة، فمعظم الناس هذه الأيام قد رءوا الإجابة الثانية في الصندوق السابق،والفكرة هي أن ما يجب أن تفعله هو التفكير خارج الصندوق، وحينئذ سيأتي لك الحل وبسرعة شديدة، ومن ثم أقترح عليك أن تلقي بأي كتاب من النافذة، ويكون الكتاب حلا من أربعة أسطر ـ فحسب ـ لأنه يبدو أن مؤلفي الكتاب حول الإبداع ليسوا قادرين على التفكير في أكثر من هذا الحل.

ودعونا نفكر بطريقة أكثر عمقا، فيجب أن نطلع كثيرا حول تلك المشكلة.

فحينما نذكر حلا من أربعة أسطر، فإن غالبية الناس، وإن تم سؤالهم «من قال: إنكم لا تستطيعون الذهاب خارج التسع نقاط؟ «فلن يجيب أحد»، وفي الحقيقة هذا

خطأ ارتكب بطريقة خطيرة بدقة،كما أننا لا نستطيع التفكير في الحل، وكل هذا بسبب أن عقلنا قد أعد قاعدة قاصرة، وقام بوضع عدد من الافتراضات، وهذا هو سبب كون الحل الثالث - الذي يجمع كل النقاط التسع في خط مستقيم واحد - الأكثر إمتاعا من بين الحلول الثلاث.

وقد بعثت بهذه الإجابة فتاة في التاسعة من عمرها لمبتكر شهير هو البروفيسير «جيمس آدمز» في جامعة ستانفورد، فقد كان يعمل في مشاريع القمر في وكالة ناسا، ولكن قوة حل الفتاة أرجعته إلى الوراء، فقد أوقف هذا الحل في الواقع ـ والحل ذو الأربعة أسطر ـ حيث يعترض على عدد من الافتراضات، وبالطبع في البداية كانت الفكرة بأنه يمكن أن تعيد التفكير أو أن تعيد تعريف اللغز ذاته، وبشكل أكثر خصوصية فقد جاءت الافتراضات حول:

- سمك الخط.
- نوع آداة الكتابة.
- قرب النقاط.
- معنى «تجميع».
- تعريف المشكلة نفسها، فعلى سبيل المثال: أنه بإمكانك أن تقوم بذلك ـ فقط ـ في أربعة أسطر.

وربما يكون الافتراض الأكبر من بين هذه الافتراضات ما زال مفقودا، فالافتراض بأنه يجب وضع اللغز في بعدين.

ماذا إذن؟ فعن طريق الاعتراض على الافتراضات يكون بإمكاننا خلق حلول عديدة جديدة، وفي الواقع، فمن المحتمل ألا يكون هناك حد لعدد الحلول ذات الأربعة أسطر، أو الثلاثة أسطر، أو السطرين، وإن كنت تريد ـ حقًا ـ أن تتخلص من الحدود، وليس من حلول ذات سطر واحد، فتتلاءم مع التعليمات الرئيسية المذكورة، وإذا شعر بعض من ذلك قليلا بما يشبه الخداع، فتعلم حينها أنك على الحافة المؤدية إلى

الابتكار فإن فعلته؛ فهذا يعد ابتكارا، وإن فعلها غيري فهذا خداع.

ويساعد تعزيز حب الاطلاع على زيادة ثانية لأوجه المشكلة أو الموقف بنظرة بسيطة وأكثر تفتحا، ونحن نحتاج بالطبيعة إلى أن نزاوج بين ذلك وبين الخبرة البالغة، والبساطة هنا لا تعني: طفولية.



**«دائما ما أطرح العملية الإبداعية من خلال أن أطلب من الناس أن يفكروا في شئ ما في حياتهم أو عملهم الذي يستلزم حلا إبداعيا، وحينها يذهبون. ببساطة. في نزهة من شخص آخر سوف يساعدهم على التفكير في افتراضين أو ثلاثة قاما بوضعهم معا».**

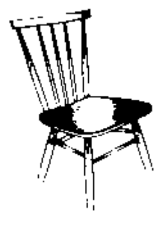
وتكون الاستجابة المعتادة للافتراضات التي يعترض عليها الآخر هي الأفكار، كما أن شبكتنا العقلية دفاعية في حماية منطقتها المعهودة، مثل: حماية الثمرة الأم أشبالها، ومن ثم تأتي الأنماط المقررة من الفكر مع انفعالات متعلقة، ولكن حينما يرجع الناس إلى الموضوع بعد ذلك في الصباح، فهم يرون بشكل حتمي تقريب شق ما صغير ينفتح فيما يشبه ترس مصمت حول المشكلةوبالمصادفة فإن البعض لديه «جدية» حقيقية، ولكني أشير إلى ذلك باعتباره هبة إضافية في هذه المرحلة.

ومن بين الافتراضات الاكثر شيوعا والتي توقفنا عندها هي: وجهة النظر بأن شخصا آخر لن يستمع لطلبك،فعلى سبيل المثال: تقرير لمشروع وظيفة جديدة، تنظيم جديد لعبور الطفل، وهكذا، وربما يحول الفشل القديم هذه القناة في المخ إلى واد عميق يمكن من خلاله أن يتسرب منه ضوء يسير، ولهذا فلن تقدم الطلب حتى بطريقة مقنعة، وبالفعل تم رفض ذلك في عقولنا، وبهذه الطريقة تفي الافتراضات ببنودها.

**«التفكير «لم لا»؟ و«ماذا لو؟»:**

إن الكلمات المجردة التي تستخدمها لتعريف موضوع تحمل معها مجموعة من الافتراضات مع الحمض النووي DNA لتداعي أفكارها. فعلى سبيل المثال: إن طلبت

مجموعة من الأفراد أن يرسموا «كرسيا» ( فإن ٩ من أصل ١٠ سيرسمون شيئا يشبه هذا الشكل ).



وربما يسمح العقل المحب للاطلاع بصورة أكبر الكلمة، ولكن لا يتقيد بتداعي المعاني المألوفة معها، ومن ثم انظر فعلى سبيل المثال: إلى صورة المقعد المريح بصورة تبعث على الدهشة في الأسفل، والذي ابتكره المصمم النرويجي «بيتر أوبسفيك» عام ١٩٧٠، ومن ثم يجد كثير من الناس أن هذا المقعد مريح؛ لأن ثقل الجسم مستند في مواضع مختلفة أخرى من كونه مرتكزا على قاعدة العمود الفقري.



كرسي Balans القابل للتحول، والذي أعيد تقديمه بتصريح «بيتر أوبسفيك»، وتصنيع ستوك .

و«ناطحة السحاب» كلمة أخرى من تلك الكلمات التي خالف المعماريون مثل: «دانيل ليزكيند» الأشياء المرتبطة بها ـ تدعي معانيها ـ وتوضح محاكاة حاسب آلي جديد لموقف سيارات تابع لمكتب ما في ميلان، وتوضح بوجه مقوس بطريقة بهلوانية مع آخر مطوق،وقوي من Zaha Hadid، يحيط به ما يبدو أنه شكل حلقة رقابية نحيفة من Bozaki ، فأينما تنظر في مجال التصميم يتم الاعتراض على الأشكال المقررة والمتوقعة.

يمكن أن يكون الانصات إلى أطفالك مصدرا عظيما للأفكار، وقد يكون ذلك صحيحا حتى للمراهقين - ما يسمون الآن «جيل الأفلام السينمائية» - الذين يعتقدون أن الأفلام السينمائية حقيقية، وأن الآباء في حكم الواقع ـ بمثابة الواقع ـ نعلم أن لديهم قيمة مثل رئيس خدم تكنولوجيا الأسرة، و........



**«إن كنت في الثالثة عشر من العمر وتقدم تغذية استرجاعية حول موقعك الإلكتروني، وكيفية استخدام الأسرة للتكنولوجيا، فعلى سبيل المثال: يعد إعادة التفكير مفيدا، ولكن يمكنك كذلك أن تسألهم عن نصيحة مهنية إن كنت بحق تتوافق صراحة مع ما يقولون».**

وبعدها بسنوات قليلة سافرت كثيرا جدا، ولم أكن أرى ابني بالقدر الكافي،ومن ثم قلت: «اعلم أنك تعتقد أني أعمل عملا شاقا، يا جيمي»، ولامتلاكه عقلا شديد الدقة صنعه هو، وتأمل تلك الكلمات للحظة، وقال: «لا يا أبي، فأنت لا تعمل عملا شاقا» وإنما تعمل كثيرا جدا»، وهذا الاختلاف الدقيق أصبح واحدا من أكثر القطع نفعا في النصيحة المهنية التي تلقيتها، وساعدني في إعادة تركيز عملي أكبر، ولكنها أقل في العدد وقليلا من الاستهلاك الأكبر للوقت، وإن كان مجديا، فعلى الأشياء التي اعتدت أن أقول عليها نعم.

فحينما نسمع ـ أو أشبه ما يكون بنصف سماع ـ بفكرة نود أن نحجبها يكون لدينا مستودعا جاهزا من الكلمات؛ لكي نعالج الضربة القاضية، ومن أجل التبسيط

اختزلت ذلك بكونه تفكيرا «نعم، ولكن».

فالتعبيرات الأكثر شيوعا والتي يستخدمها الناس؛ لكي ـ «نعم، ولكن» يوافقون، ويعترضون على فكرة ربما حكموا عليها بشكل متسرع للغاية هي:

- مع مراعاة.........
- مع فائق الاحترام .........
- سمعت ما ذكرته، ولكن........
- فهمت المسألة، ولكن...........
- هذا صحيح نظريا، ولكن..........

وبالطبع فإن كل هذه الوسائل هي في الأساس نفس الشيء «لا» لطرق التفكير الجديدة، أو الغير مألوفة، أو المستحدثة، كما أنها ليست الكلمات، ولكنها الاتجاه الأساسي للاعتراض على شيء جديد قبل أن يكون لدينا الفرصة لاستكشافه، وهو ما يمثل تدميرا هائلا للإبداع، ورغم إجابتي فإنها تماما مثل إجابة الجامعيين على الأخير بعبارة أخرى، كما أنها تعمل بالممارسة، ولكني لا أحب النظرية».

وبالطبع حينما يقول أخرون: «نعم، ولكن» يمكن أن نضحك عليهم، ولكن هذا شيء لا تشاركهم أنت ولا أنا فيه، أو هل نشاركهم؟ فقط تصيد لنفسك الأخطاء على مدار اليومين القادمين «نعم» تدخل في الحديث «(أحيانا بصمت، ولكنه نفس الشيء) اقتراحات أفراد العائلة، أو زملاء العمل، أو الأفكار التي تجدها في جريدة أو تسمعها في المذياع.



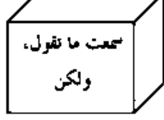
**«حينما تجلس مع رفيقك، فدائما بالطبع ما تقول «لم لا؟» أو «ماذا لو؟» بالنسبة لكل اقتراحاتهم حول عطلة نهاية الأسبوع أو هل تفعل ذلك؟».**

لا أقصد أن أمحو مفرداتك بكاملها، أو أن أقول: إن «نعم، ولكن» ليست ملائمة على الإطلاق، فإن لها موضعها كحارس بوابة وفحص صحة الحكم على

أفكارنا الساذجة، ورغم ذلك فإن صدمة اكتشاف عدد المرات التي نقول فيها «نعم، ولكن» وبالتالي حب اطلاعنا عقلانية ـ متزنة ـ للغاية.

**صندوق «نعم، لكن»:**

نحتاج في بعض الأحيان إلى تذكرات بسيطة،ولهذا السبب ـ فغالبا ما ـ قمت باستخدام صندوق «نعم، ولكن» في اجتماعات إبداعية، واقترحت أنه في كل مرة يقول فيها شخص «نعم، وأكثر من لكن»، فهو يجلب على نفسه غرامة/ يورو/ دولار/ جنيه، وبالنسبة للشخص الذي يقول: «نعم، وأكثر من لكن» لفكرة صندوق «نعم، ولكن» فدائما ما كنت أطالبه بـ ٥ يورو مساهمة!




فكر فريق مبدع من البنك الذي أعمل به منذ عهد قريب أنه بعد جلسة واحدة مع الصندوق توصلوا إلى الفكرة، ولم يصبحوا بحاجة إليه بعد ذلك، فقد كانوا أشخاصا جادين أذكياء، ويبدو هذا سخيفا قليلا، ووصف لي رئيسهم كيف انغمس تفكيرهم في مستنقع من «نعم، ولكن»، وأخيرا الصندوق في الحال، وإن العادات القديمة تموت بعد عناء، ومعظم الوقت لا نعلم أننا نقول: «نعم، ولكن»، كما أن التفكير في «لم لا؟» أو «ماذا لو؟» بعد تدريبا يستلزم ممارسة، فكل ما حولنا نماذج يوضح التأثير المزعج لـ«نعم، ولكن» الكثير للغاية، فعلى سبيل المثال: الطبيعة التعارضية للسياسات والمناقشات القانونية، فحينما عملت لشركة تليفزيونية شهيرة أصبح واضحا بالنسبة لي أن هناك أربعة أسئلة للمقابلات الشخصية يتم صفها عادة.

- نعم، لكن..............

– لكن أليس هناك خطر في........؟

– لكن هل لا تحاول بحق أن تقول.........؟

- هل لا تجد الناس صعوبة / خطر/ اهتمام/ مشكلة (إدرج هنا أي كلمة سلبية أخرى) مع حاجاتك بأن...؟.

ولا عجب أن يصبح أصحاب المقابلات في موقف دفاعي، وأنهم يقاومون بإجابات نبرة المركبة ـ انتفاضة ـ ناشئة عن ضربة خفيفة على الركبة، ويعد أقل شيوعا فيما بيننا أن نفكر في «لم لا» أو «ماذا لو» الأكثر إبداعية؟ وهذا يستلزم إبطال الملكة العقلية التي نقدرها إلى حد بعيد، وهي قدرتنا على الحكم، وهذا هو سبب عوز الشجاعة؛ لتكون محبا للاطلاع حول فكرة طويلة بما فيه الكفاية بحيث يمكن استكشافها، والتلاعب بها، والتفكير ـ فقط ـ فيما سيحدث «إذا.....».

العديد من الأفكار العظيمة - إبتداءا من ماكينة البخار حتى شبكة الإنترنت - قد صارت «نعم، ولكن» على نحو أكثر إستخداما عن طريق الخبراء الذين استثمروا الطرق القديمة للتفكير والعمل، فحتى Nerdship ذاته، و«ويليام جينس الثالث» الذي قال: «نعم، ولكن» للإمكانية الاقتصادية للإنترنت، ولكن موضع فخر له أن صنع تحولا في عام ١٩٩٠.



**«اقض نصف ساعة تفكر في التطورات الجديدة في مجالك، ولديك «نعم، ولكن» كحاشية أو هامش، ومن ثم يمكن أن تفتح العالم بأكمله لاحتمالات جديدة».**

### • إعادة التفكير: تفكير الصفحة المفتوحة:

ستذكر السطر الذي يقول: «شهر واحد نقضيه في وظيفة سيجعلك أعمى» إن المطلوب لمقابلة ذلك هو عقل منفتح، وممارسة الفضول بشكل أكبر؛ لأن تفكير الصفحة المفتوحة لا يمكننا تطبيق هذا على عملنا فحسب، وإنما على حياتنا وعلاقتنا كذلك، وهو ما توحي به فكرة عقل المبتدئ في عرف البسطاء ، ومن ثم يوجد في عقل



المبتدئ العديد من الاحتمالات، أما في عقل الخبير فيوجد القليل منها».

وتعني ممارسة «تفكير الصفحة المفتوحة»: الاقتراب من موقف بجدية ـ بحداثة ـ المبتدئ وخبرة شخص ما يعرف المشكلة جيدا، وهنا كيفية البداية.

**• علم نفسك الجهل:**

أود أن أستمر في ذلك باعتباره مؤتمرا من يومين! وكبالغين نتظاهر بأننا نعرف إجابات للعديد من الأشياء التي نجهلها، ومن ثم فإن ظهور الشخص كما لو كان على الأقل عالما بكل شيء في مجاله يجعلنا نشعر بالبراعة، ورغم أن العالم الأبله له مكان في الثقافة الشائعة - «فورست» جانب على سبيل المثال - فإن الاقتراب من المعهود كما لو كنا مبتدئين ليس دائما هو الوضع المريح للاختيار والموافقة.

انظر إلى هذا: صديق أو زميل يذكر لك فيلما، كتابا، تقريرا في مجال اهتمامك المهني، ويسألك عن معرفتك لهذا الشيء كم مرة ستقول: «حسنا» «نعم»، ليس بالتفصيل، ولكن يجب أن تفكر في الواقع، وعن أي جحيم تتحدث؟».

ويمكن أن يحدث هذا عدة مرات في الأسبوع الواحد: فإن عقلك يتوقف عن العمل مؤقتا،ويقول بأنك تعلم هذا بالفعل، ولا تحتاج لأي معرفة، أو ربما تحتاج ـ فقط ـ لأن تتظاهر؛ لكي لا تكون محل سخرية.



**«حينما يحدث ذلك في المرة القادمة، حاول ان تعترف بجهلك؛ لتسمح بدخول مادة جديدة إلى عقلك».**

فعلى سبيل المثال: إن كان هذا الشيء تقريرا، فاطلب منهم ملخصا مختصرا، وهناك ميزتان محتملتان لذلك:

الأولى: أنه ربما يغنيك عن الاضطرار إلى قراءة شيء ضئيل القيمة.

والثانية: فقد تجد أنهم لم يقرءوه كذلك!.

وبذلك فإن «تعليم نفسك الجهل» يعني ـ في الواقع ـ: الإقرار لنفسك أولا ثم

للآخرين بأن معرفتك بمشكلة أو بموقف معين مؤقتة أو محددة، ومعظمنا يؤمن بأنه يعرف أكثر مما يعرفه في الواقع، وهذا هو سبب نشوء كثير جدا من الإبداع والابتكار مما نسميه «الجهل المنضبط المروض».

ومن ثم حينما شرع المقاول «ريتشارد برانسون» في عمل خط جوي إلى المحيط الأطلنطي البكر اقترب منه بتفكير الصفحة المفتوحة، وجرعة دوائية صحية من الجهل؛ لأنه لا يعلم شيئا حول عمل خط جوي، ورغم ذلك فقد كان لديه العقل مشوشا والشخص الفضولي يعلم جيدا جدا ما هو منتظر لأن يكون عميلا للخط الجوي، وبالتالي كان مستعدا للتفكير «ماذا لو أصبح مسليا للعميل؟»، ولماذا لا يكون لدينا محترفة تدليك على ظهر الطائرة؟، وقد مكنه هذا التجدد في التصور أن يخلق واحدة من أفضل تجارب العميل في العالم.

وقد طبق تفكير الصفحة المفتوحة كذلك من خلال استخدام المستأجرين الذين لا يملكون خلفية في صناعة خطوط الطيران عدا الطيارين.



إن إعادة التفكير العظيمة للأفكارالبكر والتي أنتجت العديد من الناسخين هي سياستهم لتجنيد الموقف أولا، والمهارات ثانية،ومن ثم يمكنك أن تتدرب على المهارات، ولكن تغيير الموقف يكون أصعب إلى حد بعيد.

- **اعزل نفسك:**

إن تطبيق فكرة تفكير الصفحة المفتوحة على حياتنا يتضمن الرجوع إلى الوراء من الانهاكات الذهنية اليومية.



**«ماذا لو اضطررت لأن تعزل نفسك من عملك اليومي، أو شركتك، أو حتى أسرتك، وتمضي بعض الوقت تتأمل الأفكار الجريئة:**

- ماذا لو لم أكن أعمل في هذه الإدارة / المدرسة/ المنظمة؟ وما هي التغيرات

الإبداعية التي سأفعلها؟.

– ماذا لو بدأت هذه العلاقة من جديد؟ وما الذي أقوم به الآن بشكل مختلف؟.

تم استخدام فكرة عزل الذات بنجاح في العمل عن طريق أحد المؤسسين والمديرين التنفذين الرئيسيين السابقين لشركة Intel، وهو «أندي جروف» الذي يقول كل عام لفريقه المتقدم ـ القديم ـ بأنهم قد تم عزلهم لمدة يوم، وربما يسافرون إلى مكان في العمل، وربما يسافرون إلى مكان جديد خارج العمل، ويعودون بذاكرتهم إلى شركتهم ويفكرون «الأن نحن معزولون ولا نعمل لشركة Intel بعد الآن، فماذا تغير؟».

فمن الواضح أن هذه الاجتماعات إبداعية بشكل لا يمكن تصديقه، وحتى لو كانت تلك الاجتماعات تصورية ـ وهمية ـ فإن الحرية العقلية لكون المرء غير مقيد «بها» يسمح لك أن يكون لديك بصيصا «مما يمكن أن يكون».

وبالطبع فعليك حينها أن تتراجع، وأن تتركه يحدث، ولكن حتى الاحتفاظ ببعض من معنى صنع بداية جديدة، وإبداعية سيصنع اختلافا كبيرا.

والسبب في نجاح ذلك هو أن الحياة عبارة عن سلسلة من الانقطاعات،كما أنها لحظات عظيمة مثل قبلتنا الأولى، والإبتهاج لدى رؤيتنا بطلا أو بطلة، أوالمشاعر الظاهرة عندرؤية أحداثا حزينة مثل: الموت والفراق، والتي بحق ترسم خطوطا قاطعة عبر المنحنى الموقع لحياتنا، وإن عزل الذات هو طريقة لاستخدام فكرة الانقطاع بطريقة إيجابية.

ولكن من السهل أن نقول: «توقف في فترة الظهيرة و ـ فقط ـ اجلس وفكر»، وفي عالمنا يجد معظم الناس ذلك مهددا بعض الشيء أو بطريقة ما ليس «منتجا» (انظر تغلغل لغة الماكينات والتجارة في حديثنا اليومي).



**«وبالتالي ابحث عن صديق، أو مصدر إلهام، أو ناصح، وتحدث إليه» ومن ثم فإن الزميل الذي وجد نفسه مشغولا**

**بما يفوق الاحتمال ومنغمس في إدارة شئونه الأسرية، ومع أطفاله من العلاقات الماضية والحاضرة كانت لديه الشجاعة لأن يعزل نفسه ثلاثة أيام من حياته، وقد مضى الوقت في التسوق والتجول والتحدث وتناول الشراب مع صديق أعانه: لكي يعيد التفكير في أولوياته».**

وعند هذه المرحلة الفاصلة من حياته أدرك أنه ـ أحيانا ـ حينما يكون هناك الكثير للقيام به تكون الاستراتيجية الوحيدة هي الانفعال شيئا ما، ومن ثم اعزل نفسك بشكل مؤقت عن حياتك أو عملك، وحينما يكون كل شيء في الصدارة ودقيق، فإن منظورية واضحة تراوغنا.

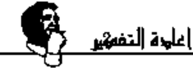
إعادة التفكير ''' أشخاص جدد، وأفكار جديدة

تضيع وقتا ـ تسكع ـ أكثر.

حين المتابعة عن موضوع عزل الذات، يكون واضحا أن توزيع الأشكال المقررة للنشاط والفكر يمكن أن يساعدنا في إثارة إبداعنا؛ ولذا دعنا نضع في الاعتبار مكاننا حينما نصل إلى أفكارنا الجيدة.

وبالنسبة لمعظمنا فمن الواضح أنه ليس للجلوس على طاولة الكتابة أو تحديق النظر في شاشة الكمبيوتر، كما أنه يكون حينما نكون بالخارج نتجول، أو نقود السيارة أو في الحمام، أو في الفصل حول البصيرة نتفحص القدرة على تعجيل عملية امتلاك لحظات «وجدتها» بشكل أكبر، ولكن دعونا ـ الآن ـ نفكر في أننا نحتاج أن نضيع وقتا في أماكن ومع أشخاص، وأفكارا خارج أنماطنا المعتادة، وبالطبع فإن هذا لن يكون في مكان مختلف فحسب، وإنما موقفنا حينما نكون هناك؛ حيث يمكن أن ينفتح عقلنا.

وفي مجالك هل تضيع وقتا مع أشخاص لديهم نفس الرؤى والخبرات التي لديك؟ إنها وصفة مؤكدة ـ تقريبا ـ لكارثة إلى أن تطلعت إلى الفكرة الكبيرة القادمة؛ لأنها لا تأتي عادة من مجرى التفكير العادي باستشاره الهائل في فاترين الأمس واليوم، ولكن من الرؤية الهامشية التي بإمكانك أن تصل إليها حينما تمضي وقتا مع مفكرين



ذوي آراء متطرفة هامشية استشارية. نظمت شبكة BBC حديثا ـ مؤتمرا ـ حول الاتجاهات الجديدة في التأمل، والذي يتطلب إجابة إبداعية، وفي البداية شعروا بالصدمة، ولكن بعد ذلك أصبحوا أيقاظا لحبهم للاطلاع بشكل مفيد من خلال التحاقهم بالجلسة التنفيذية عن طريق المحترفين جسديا، والذين يشاهدون الكثير من المحطات التليفزيونية العالمية من خلال شبكة الإنترنت بدون إزعاج أنفسهم بضبط قنوات المسلك العادي في المملكة المتحدة.

**الطريق الأقل استخداما في السفر عبرة:**

حينما تسير عائدا إلى منزلك من العمل هل تسلك نفس الطريق دائما؟ وحينما تذهب إلى حفلة هل تنجذب بالطبيعة إلى الأشخاص المألوفين بالنسبة لك؟

فلماذا لا تجد طريقا جديدًا إلى المنزل، وتتوقف وتكون فضوليًا حول المحل/ المتحف/ الحديقة الممتعة التي ـ دائما ـ ما تمر بها؟.

إن كنت ذا نزعة عقلية فضولية، فإن هذه اللقاءات لا يجب أن تكون مدبرة على نحو متكلف، فسوف تخرج بالطبع عن طريقك لتجد أشخاصا يكون تفكيرهم خارج قليلا عن المعتاد، فكما نعلم من الناحية العقلية، ولكننا ننسى مرارا وتكرار أن حاشية اليوم هي المسلك العقلي العادي للغد، ومن ثم انصت إلى «نيوكولاس نيجربونت» مؤسس معمل الإعلام في MIT، وهو يصف من أين تأتي الأفكار الجديدة:

«تأتي الأفكار الجديدة من الاختلافات، فهي تأتي من وجود وجهات نظر مختلفة وتصادف نظريات مختلفة، وتأتي الأفكار الجديدة والخطوات الكبيرة إلى الأمام بالمعنى الحقيقي، ومن خليط من الناس، والأفكار، والخلفيات والثقافات الغير ممتزجة في الأحوال العادية».

ولذا ابحث عن أناس جدد، وأفكار خيالية، واجعل عقلك مفتوحا لأطول مدة ممكنة من دون أن تصبح مجنونا، أو اسمح لنفسك بأن تكون غير عاقل – أي: لست واقعا في

شرك الاحساس اليومي للحكمة - أطول فترة ممكنة حتى تكتسب أفكارا ذات قيمة من الأشخاص والمواقف التي قد تكون منعت نفسك عن تجربتها من دون وعي.

- **اشتر جريدة جديدة:**

معظم الناس معتاد على المقولة «بأنك ما تأكله» وربما قليلا ما يؤخذ في الاعتبار الفكرة بأن ما نقرأه ليس مهما بالنسبة للناس، فنحن نجذب إلى الجرائد، والتليفزيون، والوصف العياني الذي يرضي احتياجتنا لإعادة بناء العالم كما ترغب أهواؤنا، فحينما أطرح الاقتراح التالي - بأن تقرأ جريدة جديدة كل يوم؛ لنخرج عن هذا المنوال - غالبا ما يتزعج الأشخاص الذين يحضرون المقابلة، ومن ثم هل أغير ترتيبات طفولتي؟ بقدر المستطاع، وهل أغير طريقة عملي؟ أمر يستخدم الدراسة. هل أغير رفيقي؟ ليس مجالا لكن بطريقة ما، وعلى وجه الخصوص في المملكة المتحدة تكون الجريدة التي تقرأها مقدسة إلى أبعد الحدود.

وفي الواقع إن تغير مصدرنا اليومي للأخبار فهو السبيل الوحيد لتكون أكبر حبا للاطلاع حول ما يفكر به الأشخاص الآخرون خارج دائرتنا المختارة.



**«حينما تذهب في المرة القادمة إلى رحلة طويلة أو إلى رحلة بالطيران أو في يوم عطلة، ومن ثم اشتر نصف دستة من المجلات التي على حافة انشغالاتك المعتادة».**

فعلى سبيل المثال: ربما تكتشف طرازا معماريا، أو تصميما، أو تنسيق حدائق، أو موسيقى تذكرك بأن الكثير جدا من الأفكار تأتي من الرؤية المحيطة، ومن المثير للدهشة كم المرات التي يتعرض فيها عقلك لتأثيرات غير معتادة تسمح لك بعمل علاقات ربط إبداعية ترجع إلى موقفك، ومن ثم يمكن لهذا أن يحدث حتى في النشاطات الدنيوية مثل: غسل الأطباق، وحينما يكون عقلك يسير بحرية وقادرا على أن يصنع صلات - ترافقات - بديهية، وهذا ما حدث لصانع الزجاج «بلكنج تون» الذي لاحظ كيف أن الأطباق تبدو وكأنها تطفو على رغوة الصابون في الحوض، وقام

بعمل طفرة عقلية في تصنيع الزجاج الذي يطفو في الحوض.

إن الانغماس في مادة قرائية غير مألوفة يمنحك -على الأقل -اللغة الأساسية لعمل محادثة مع شخص ما في مجال مشابه أو مختلف تماما، وهو ما ستقابله حينما «تتسكع» أكثر، وينجح ذلك حينما تقر بجهلك، وكذلك بفضولك المشتعل تجاه الموضوع.

ولذلك يمكن أن يكون الإبداع فكرة لعمل علاقات ربط غير معهودة، ولكنها مفيدة بين مجال وأخر، لاحظ «جاري هامل» وهو باحث رائد في الإبتكار ذلك في محلات بيع القطاعي Marks &spencer،فقد قام أحد مديريهم التنفذيين بعمل ربط بين عملية الطباعة المستخدمة في طباعة أشكال على نسيج، وبين الحاجة إلى دهن الخبز من الزبدة بسرعة من أجل ساندوتش العمل الضخم وبعد ذلك إعادة استخدامه بطريقة بسيطة، ولكن واسعة الخيال للتكنولوجيا.



**«بالطبع، نحن نقيد انفسنا إذا فكرنا في الحصول على الأخبار من صحيفة . فحسب - فحاول التسجيل على سبيل المثال في جريدة «نيويورك تايمز» (WWW. Nytimes.com) او مواقع متخصصة مثل: WWW.creativearchive.bbc.co.uk) اخرى من تلقين الأخبار لك، وتسمح لك تلك المواقع أن تنقب في اي مجالات تهمك بصورة اكثر عمقا».**

«إعادة التفكير الأساسية على نحو أكبر ليست شراء جرائد على الإطلاق».

ولمدة ثلاثة أشهر على الأقل سنويا أجد من الضروري للغاية أن يكون هناك أجازة من الأخبار، وأن أستغل الوقت الذي لدي في القراءة بغير اهتمام لقسم ادارة التمويل الشخصي في «جريدة الصنداي» (والذي يضمن أن يجعلك قلقا)، والقراءة لكتب أو تحليل أعمق للقصص التي وراء القصص.

فضلا عن الراحة الكبيرة من القلق، فإنه يحدث خوف وسأم عام جراء قراءة

الإنتاج البارع في ذات الوقت لغالبية الصحفيين، والبريطانيين منهم على وجه الخصوص، ويقيني بأن عقلك أنشط وأكثر أنفتاحا، فإن هناك شيئا متفطعا للغاية في الطريقة التي تتلقى بها ومضات جديدة، ولدغات سليمة، وقصص إخبارية تكرارية بدرجة كبيرة، وقد اقتنعت أن هذا يبتلينا جميعا بدرجة ما من أعراض نقصان التركيز، وكذلك نظرة سلبية أكثر على الحياة.

ومن ثم استغرق في شيء ليس له زمن معين خاص به، وطور من قدرتك على التركيز، وأوف الفكرة إلى اتمامها بطريقه أكثر ثباتا واستغراقا. وإن كان ذلك يبدو مفرطا جرب شراء كل الصحف ليوم واحد في الشهر، واقرأها من أولها لآخرها، أو اشتر ملخصا مقبولا، مثل: الأسبوع، ولن يفوتك الكثير.

**• اقرأ شيئا أكثر تحدياً:**

دائما ما يكون معي في ذهاب، وحتى ما أسميه كتب «إنجاز العمر» الإنجاز كله ملكي، وإن كنت أستطيع الإنتهاء من هذه الكتب، ولكن من المستحسن أن تقوم بعمل قائمة لك وتواظب عليها بطريقة ثابتة، ومن ثم اختر الكتب التي ليست للجبناء، وقد فهمت الفكرة.

«شكسبير» وإله الكون الكامل «ليند هوجز»

Bach , Escher ,Godel الجدلية الذهبية الأبدية لـ«دوجلاس هورنستدر» رومانسية Glastonbury لـ «ون كوبر بويز»، وموت الأبد لـ«داري ريني» Bhagavad Gita والذي ترجمه «مهارش ماهيش يوجي» الصمت لـ«جون كينج» ليست هذه ـ فقط ـ هي كل الكتب العظيمة، فإن أجزاء منها ثرية للغاية حتى أنني أواظب باستمرار على أسهم معينة في أحلام اليقظة التأملية، وبالتأكيد التأثير المأمول لقراءة شيء على قدر قدرة المرء على الفهم بالشكل الكامل.

ومن ثم فعليك بالاستعانة بقاموس جيد خاص بعلم الاشتقاق (أصول الكلمة – إذا كنت قد توجهت إلى قسم الفراشة، فسوف تنطقها بطريقة خاطئة)، وعندئذ

يكون بإمكانك أن تبدأ ـ حقا ـ في تعليم نفسك، ونفس الشيء صحيح بالنسبة لمجلة مكتوبة بإجادة مثل: «المتفرج spectator» دائما ما كنت أصل إلى قاموس مرتين أو ثلاثة وأصبحت التسلية رحلة.

إن الإبداع ـ الفكرة ـ الأشهر والأصح للارتقاء بمفرداتك وبقدرتك على التكلم وعلى الكتابة هي قراءة مادة مكتوبة بإجادة (وحينئذ اسمح لنفسك بشيء من يوم العطلة مع «جون جريشام»).

فكل عدة سنوات قليلة أحاول قراءة كتاب بروست Alarecherche dutemb brdu وقد جعلت نفسي لائقا من خلال قراءة بعض المواد الفرنسية الأسهل ، وقمت بوثبة كي أرى إلى أي مدى يمكنني أن أقرأ قبل الاستحالة الشديدة للمهمة والتي أسقطتني . وتعد صفحة ١٣٢ طريقا swano ، وهو الكتاب الأول في سلسلة المجلدات التي فيها تسجيلي للتاريخ، ولكني آمل أن أتغلب على ذلك في القريب العاجل.

ومن ثم علق «روبرت» شقيق «بروست»: أنه بسبب الحجم المطلق لإنتاج «مارسيل»، فإن عليك أن تكون ساقك مكسورة أو أن تكون مريضا في فراشك لفترة طويلة كي تتمكن منه وتديره. وهذا لا يجعلني أشعر بأني أفضل فحسب، ولكن ـ أيضا ـ يشير إلى أن الناس لديهم مشاكل في الانتباه كما في سابق العقود الأولى من القرن العشرين.

- **إعادة التفكير ( ٩ ): أشياء يجب أن تكون محبين للاطلاع حولها.**

**أين نعيش؟:**

دائما ما أصاب بالذهول بسبب الكم القليل من الأشخاص الذين يعرفون عن الأشياء المحيطة واللصيقة بهم في شوارع لندن، وهناك بائع قطاعي شهير يقع مقره الرئيسي مواجها لتمثال منصوب ضخم، وقد جربت تجربة صغيرة وسألت الأشخاص الذين يقطنون المبنى منذ عام أو عامين لمن هذا التمثال؟ وغالبيتهم لم يكن

لديهم فكرة، حتى أن واحدا منهم أجاب «أي تمثال؟».

وهذا يوضح كيفية أن الألفة بالشيء تجعلنا نستخف به، ويعني أننا نفتقد قدرا كبيرا من الثراء ببيئتنا الوثيقة.

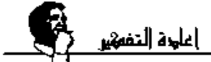


**«إن أكثر الطرق مباشرة لاكتشاف ما يحيط بك هو قراءة وسماع القصص التي تجمع تاريخها، ومن ثم اشتر دليلا ممتعا اليوم، وكن أكثر حبا للاطلاع حول رقعتك».**

وأنا محظوظ بكوني أعيش في أكسفورد، والذي له تاريخ ثري للغاية،وبالنسبة لي فإن القصص هي ـ حقا ـ ما تنسب لحياة المدينة، فعلى سبيل المثال: حينما أسير مارا بجامعة الملكة ، فدائما ما يذكرني بوصف ـ طيش ـ طلابها، وبشكل أساسي ذوي الأصول الشمالية، وفي القرن التاسع عشر: «أتخيل الفتيان في الساحة الخلفية في جامعة الملكة..ويلتمس الطلبة النجاه حينما يظهر الغوغاء ـ الهمج ـ في جامعة الملكة كل صباح، وشعورهم غير مغسولة وغير ممشطة (رغم أن التشريعات تنص على حلاق دائم في الجامعة) ممسكين بأيديهم أسهم، وكلاب، وأدوات موسيقية، وجميعها ممنوعة من قبل المؤسس».

وبالطبيعة فإن كل قصصنا تبيها تصوراتنا الشخصية المجردة، وكذلك فإني أتذكر الأمسيات المزلقة جيدا في جامعة الملكة بأنها أحداث Smoker؛ حيث كان الأصدقاء يعزمون في فرقة دورق.

أو حينما أتجول بالقرب من جامعتي أستمتع بالطراز المعماري الرومانسي ـ الخيالي ـ لـ Hawk smoor ، وأفكر في زمن الستينات حينما كان حارسها الرجعي «جون سباور» يتذمر ضد الرغبة الغريبة للمعلمين بأن يتزوجون، وكان يريدهم أن يستلزمون بالإفطار في الجامعة من أجل خلق مجتمع رجولي، وتساءل: «لماذا يود أي شخص أن يتنازل عن كل الأرواح من أجل جسم واحد؟».



ومتى ما أتجول مارا بالنصب التذكاري للشهيد - الذي يميز القرن السابع عشر بحرق الأساقفة «كارنمر»، و«ريدلي»، و«لاتمر» في وسط أكسفورد - وقد ذكرني بقصة أخرى. وسأل سائح سائق تاكسي عن أسماء الشهداء، وربما كان السائق يود أن يأخذ بقشيشا سخيا ولا يريد الاعتراف بجهله، فأجاب أنهم «فريمان»، و«هاردي»، و«ويلز»، ياسيدي «وهي سلسة شهيرة من بائعي الأحذية في المملكة المتحدة».

ولكن أينما تعيش، فهناك أشخاص كبار في السن، ويتذكرون التاريخ، والشخصيات، والنوادر القديمة حول منطقتهم.



**«كن فضوليا في توخي تلك القصص، وسوف تتمنى أن ترى متعة أكبر حول وطنك، وكذلك كن مضيافا أكبر».**

* ركزت في هذا الفصل على عادات إعادة التفكير الدنيوية، مثل الجريدة التي تقرؤها، ولكن هذا لا يمنع أن تكون محبا للاطلاع للأسئلة التي تبدو كبيرة جدا أكثر مما يجب للبدء بها، مثل: من أنا؟ ومن أين أتيت؟ وما هو هدفك في هذه الحياة؟ فمن السهل السخرية ـ الاستهزاء ـ من هذه الأسئلة باعتبارها انشغالات الأثرياء لوقت طويل للغاية تحت مسؤليتهم، ولكن كل طرق حب الاطلاع بما فيها أن تكون فضوليا حول الآخرين، ستؤدي بك لفهم أفضل للذات.



**«إن كنت محظوظا بما يكفي بأن يكون لديك أقارب كبار في السن، ومازالوا على قيد الحياة، فكن فضوليا وجريئا بالقدر الكافي، واستفسر حول قصص أكثر حول حياتك، ونشأتك، والمدن التي عشت بها، والتي لا تستطيع أن تتذكرها في الوقت الحاضر، والأشخاص الذين لم تعد تتذكرهم».**

كثيرا جدا ما نكرر مرارا اثنين أو ثلاثة ـ فقط ـ من نوادر طفولتنا، وعادة ما يصطبغون بمسحة من الإحراج؛ لأن الآباء ـ فقط ـ هم من بإمكانهم إنزال عقوبة بنا، ولكننا إذا تفحصنا الأمر على نحو إضافي فإننا بذلك لا نلقي بضوء جديد على

الذكريات التي يعلوها التراب فحسب، وإنها ـ أيضا ـ نتعلم الحكايات الأسرية التي لم نعرفها من قبل أبدا.

وبشكل حتمي ستظهر بعض الأسرار، ومن الأفضل ألا يتم معرفة بعضا من تلك الأسرار في الوقت الحاضر، ولكن ـ فقط ـ اسأل نفسك هل أخذت وقتا فعلا لاكتشاف قصتك من أجل إشباعك قبل أن يتأخر الوقت فوق الحد؟ ومن ثم أتذكر قيامي برحلة لزيارة أشخاص كانوا يعرفون جدي، والذي توفي حينها كنت في الثالثة من عمري، وكانت تلك الزيارة ساحرة وفي ذات الوقت إعادة للطمأنينة بشكل غريب لاكتشاف أي من القصص الأسرية والتي تبدو وكأنها قد تم تحسينها، وأي منها كان صحيحا بشكل واضح.



إن حب الاطلاع حول سلسلة النسب يعد طريقا واحدا، ولكني أرتاب في أنك ستكتشف أشياء أكثر من القصص التي يحيها الأحياء عن تلك الأشياء التي ستكتشفها من شجرات العائلة.

* **التسمية:**

معظمنا يمتلك فهما فقيرا ونقصا موجبا للدهشة في الفضول حول أسماء الأشخاص، والأماكن، والأشياء، وتأثير تلك الأسماء، وهل اندهشت من قبل بسبب كونك لست جيدا في تذكر أسماء الأشخاص؟ وأحد هذه الأسباب هو أننا لسنا محبين للاطلاع بالقدر الكافي حول المصدر، ومعنى اسم الشخص، والذي له تأثير قوي في حياتهم أكثر مما يدركون، وفي كل مرة يتم نطق الاسم فيها، ومن ثم يكون هناك رنين معين على كل من المستمع وصاحب الاسم، ومن ثم أدركت كثيرا من الثقافات القديمة ذلك الأمر، وكان لديها عمليات منفصلة وذات مغزى لتسمية الناس، والتي تخلينا عنها تقريبا بالكامل في العالم العربي.

**معنى الأسماء:**

« هل من اللازم أن يعني الاسم شيئا ما؟ وسألت أليس بطريقة مثيرة للريبة؟ «بالطبع» لا بد أن يكون للاسم معنى، قال Humpty Dumpty ذلك بضحكة قصيرة، «ويعني اسمي: الهيئة التي أنا عليها - وكذلك الشكل الوسيم الحسن، وباسم كاسمك ربما تكون بأي شكل تقريبا.

«لويس كارول»

وبالمناسبة فإن «أليس» تعني: «فخورة» - وفي هذه
الحالة الخاصة ـ أيضا ـ فإنها تعني: «متحذلقة».

ذكرت أننا تخلينا عن هذا الأمر تماما، ولكن يقيني أن الأثر قد بقي، ومن الغريب أن عدد المرات التي يكون هناك معنى ما غامضا في أسمائنا، والتي يتجاوب صداها مع طبيعتنا، وعلى سبيل المثال: اسمي «يتجل» يأتي عن معنى كلمة في اللغة السلتية حرفيا: «الشخص الكئيب»، وبشكل سطحي، فهذا ليس من الصواب على الإطلاق؛ حيث إنني لست كئيبا على الخصوص، بل ومنذ أيام الدراسة، وفيما بعدها كانت طبيعتي تبدو كسولة تماما، وحينئذ دهشت الناس فجأة بتحولها إلى جهاز آخر حينما يكون لدي انفعال لشيء ما، وبمعنى آخر: دائما ما كنت أدعي «الحصان الأسود».

وفي الوقت الحاضر؛ لكي أكون واقعيا فأنا لا أهتم بهذه النظرية سواء أكانت صحيحة أم لا، ولكني أجدها مفيدة في أن التفكر مليا في شخصيتي قد ساعدني في بناء حياة؛ حيث يكون بإمكاني القيام أكثر بما أنا شغوف به.



**«ابحث عن أصول ومعنى أسمائك، واسم العائلة، والاسم الأوسط، والاسم الأول، وربما تحتاج لأن تقرأ في هذا الموضع أو ببساطة. تسأل أقاربك».**

وهناك مثال يستوقف الأنظار وهو صديق العائلة الراحل ـ المتوفى قريبا ـ «كاس» فقد سمي بـ KC باسم «كادش» في اللغة العربية للصلاة من أجل المتوفى،

وقد غير KC إلى «كاس» فقد كان اسما مقبضا، ولكنه أصبح مشهورا في أمريكا لمجهوداته طوال عمره،ولمنعه الأشخاص عن طريق الموت من إعدامهم، وكان غالبا ما ينجح وأصبحت حياته وعاءا من أجل المتوفي بالمعنى الحقيقي.

ويمكنني سماع الكثير «نعم، ولكن» تتزاحم، وماذا عن شخص يدعى «برت» قام ـ أيضا ـ بحماية الأجياد؟ وكيف تأثر «برولكين بيكهام» والمسمى باسم مكان ولادته بذلك في حياته؟ ولست أسألك أن تؤمن بنظرية، ولكن مجرد أن توسع حب اطلاعك من خلال الحديث مع أشخاص آخرين حول أسمائهم (ربما الأسماء الوسطى التي لم تسمعها أبدا من قبل) وموافقتهم تجاههم،وسوف تندهش مما سوف تتعلم.

والتسمية في بيئة العمل هامة كذلك، فقد وصف لي صديق اعتاد العمل في مصانع سيارات المملكة المتحدة في لونج بريدج كيف كان عزنا الأقتراب من مكان عمله المسمى بوضوح – سيارات ضخمة – مجمع بناء D، وكان هناك إعادة ترسيخ ظاهرية للأدوار في التنظيمات اليوم، ويسمون الأشخاص إما «رفاق» وإما «شركاء»، فعلى سبيل المثال: فيما عدا حالة شراكة «جون لويس» الرائعة، والتي يمكن بها أي مساهين خارجين، وكان الناس الذين يعملون بالشركة شركاء بكل معنى الكلمة ويشاركون في أرباح الشركة، فإعادة التسمية تلك ـ دائما ـ ما تكون مجرد عبث.

إن كانت النية هي جعل تلك الوظائف الدنيوية غالبا تتوافق مع الكلمة، وحينئذ أكون مع إعادة التسمية تماما، ورغم التحفظ الإنجليزي الطبيعي أجد من الصعوبة أن أكون المستشار الأمريكي الذي أعطاني بطاقة العمل عليها علامة بوظيفة كـ«مدير لإعجاب العميل».



إن كنت تعتقد أن لديك مشكلة في أن تصف لأطفالك في المساء للذي تقوم به من أجل إكتساب القوت، فمازال من السهل أن تقارن نفسك بهذا الرجل والذي بالطبع جعل محاورات أسرته أكثر إقناعا.

**قوة الأسماء:**

«ج . ر . ر تولكين» هو واحد من أشهر كتاب أدب القصص الخيالية في العالم، وقد كان أستاذا للآداب وعالم لغوي، وقد برز هذا الشغف من خلال صدى الأسماء التي سمى بها الشخصيات والأماكن، ولا يمكنني التفكير في أي كاتب آخر قرأت له أخيرا منذ عقود، والذين أتذكر أسماءهم بشكل واضح للغاية، ويقيني أن التكليف الذي تتضمنه هذه الأسماء مسئول جزئيا من نجاح هذا العمل.

وكان «تولكين» يعتقد أن الإنجليزي لا بد أن يعلم الأيسلندية، وبسبب ثراء قصصها البطولية، وتأثير اللغة على الإنجليزية السابقة الأولى، وكنت أفكر مؤخرا حول «تولكين» حينما كنت في ReyKjavik وفي هذه اللحظة بحثت ورأيت مبنى يعلوه كلمة واحدة:Gimli

إن تسمية كتاب، أو فكرة، أو سيرة، أو فيلم، أو فتح بطريقة جديدة لا يكفل النجاح، ولكنه بالتأكيد يساعد، كما أن الأشخاص الذين يسعون إلى أسماء جديدة لديهم نظم للوصول إلى اسم فائز» وربما يكون هناك ملايين في السباق.

وهذا هو سبب وصولنا إلى اندفاع مبرر لـ Schadonfreude حينما يدركون نموذجا حقيقيا، مثل: نموذج «تيان» للسوق الأسترالي المسمى .... Cedric و Cedric، فهو ليس شريكا، ومن المحتمل أن تتم خدمته بواسطة وعاء في معظم أجزاء أستراليا عدا أجزاء معينة من سيدني، وقد استشاط الكاتب «توم بيترز» غضبا وبإيجابية الافتقاد إلى التخيل ـ الإبداع ـ الذي تعرضه «جيليت» بعد ملايين الدولارات تم صرفها على البحث من أجل إنتاج وتسويق ماكينة الحلاقة ثلاثية الشفرة (سليل Machi ، Mach2)، وقد أعطوها اسم Mach3 .

ومن ثم يمكن أن تكون الأسماء مصدرا للتميز في الأسواق المزدحمة، وبينما أبحث مؤخرا بين الصفحات الصفراء لأجد منظفا للمداخن، ومن ثم انتهى بي الأمر إلى استئجار شخص يصف نفسه بأنه «عالم بالسخام»، وبالطبع فهذا ـ أحيانا ـ يلعب على

الصلات مع الاسم الذي يمكن أن يعطيك حدا إبداعيا، وأتوقع أن هؤلاء المتعهدين الكاذبين قد فازوا بالعمل بإعلانهم.

lAZARUS&CO

**مشرفو جنازات:**

لدينا مقاسك!

دائما ما تكون تسمية الكتاب مجالا خصبا لإعادة التفكير، وهناك الكثير نقلة بالنسبة لعناوين الكتب التي تشتمل على رسالتهم الكلية في شكل بذرة:

- اشعر بالخوف وافعل الشيء مهما كان الأمر (فقط افعله!).
- الرجال من كوكب المريخ، والنساء من كوكب الزهرة (هما مختلفان).
- حول كوني والد جيد بالقدر الكافي (إلغاء اجتماع الأهلة المحلية).
- الزنية: وفن صيانة الدراجة الآلية (من الصعب إيجاد أنصاف أكثر روعة).

* الزنية: فرقة بوذية تؤمن بأن في ميسور المرء أن ينفذ إلى طبيعة الحقيقة من طريق التأمل.

إن كان العنوان موجزا كافيا، فربما ليست هناك حاجة لقراءة المحتوى، فقد أدركت الرسالة بكاملها، أو الكثير منها؛ حيث من المرجح دوما أنك ستفهم الرسالة بدون قراءة كلمة واحدة، وفي اللغة المبتكرة الرائعة لكتاب الخيال العالمي «روبرت هينلين» فقد grokked (الترجمة: فهمت الفكرة بجرعة واحدة كاملة).

وفي الواقع فإن هذا يؤدي إلى لعبة شهيرة تلعب، واللاعبون جلوس وهي تشحذ إدراكك الإبداعي للغة، ومن ثم حاول عمل قائمتك بالأسماء المهيبة واللامعة، وتبادل مع أصدقائك وسيكون لديك مادة وافية لتصنع إيقاع الماء الأكثر بطئا،كما أن إيجاد المرح في الأسماء يقوي ملاحظتك.

وفي الموسيقى الشعبية، فإن اسم فرقتي المفضلة هو «نصف رجل»، «نصف بسكويتة»، وبوجه خاص عناوين أغانيهم المستغربة، والتي تشكل «ثورة Vitas

Gerulitios، و « كل ما أريده في عيد الميلاد هو Dukla prague بعيدا عن الكمنجة»، وسوف أعطي Gefilte goe والسمكة وعملهم الصغير الناجح الذي يبعث على الدهشة «جوله على جانب Kosher»، وعنوان الكتاب رائع، وهو «الكتاب الصغير لـ Shui المخطط: كيف تطور حياتك بأساليب شديدة الأثر عن طريق تدوير القوام بشكل أساسي - أمين.»[4]

**حب الاطلاع حول الطبيعة:**

كثير منا يجهل أسماء الأشجار والنباتات الموجودة في السياجات الخضراء، وفي واحدة من جولاتي في الربيع في إنجلترا تعلمت تميز وتسمية الأزهار التالية: السادة والسيدات زهر الربيع العطري، زهرة رأس الأفعى، الحوذان المغنولية موز الجنة.

(٤) «روهان كاندابا»: الكاتب الصغير Shui المخطط: كيف تطور حياتك بأساليب شديدة الأثر - أمين. صحافة Gbutry 1999.

يضيف تعلم أسماء الأشياء الكثير جدا من الإثراء لنشاط بسيط، مثل: جولة ريفية، وجدد عقلك باكتشاف وتعلم أسماء الأشياء، مثل: الأزهار أو النباتات أو الكواكب أو الطراز المعماري.

* * *




## البديهة..البديهة ... وجدتها

**حينما تعرف حلا جديدا بحق بديهتك، يبدو أننا نفكر بلا تفكير: لأن البديهة هي شكل متعجل لإعادة التفكير: حيث تنسر الأجزاء المتباينة من المشكلة إلى مكان ما فجأة مثل قطع المنشار، وتبدو الإجابة صحيحة تماما.**

فجميعنا يدرك الاندفاع لإيجاد لحظة الوضوح حينما تنقشع الغمامة العقلية التي تحيط بالمشكلة، وغالبا ما تدهشنا فجائيتها الشديدة، ومن ثم تبينت الصورة تماما مثل اللحظة التي تصير فيها صورة - في الكاميرا أو المنظار الخاص بك - واضحة. ولقد شبه الكثيرون تلك العملية باكتشاف أو اظهار الحقيقة التي كانت موجودة دوما في ملخص «بيكاسو» هذا حينما يقول: «أنا لا أبحث أبدا، أنا أجد». كيف وأين الوقت الذي يسمح لك - لتلك اللحظات من البصيرة - أن تحدث في حياتنا؟

وفي صيغتها الأكثر تركيزا نعالج البديهة باعتبارها موجودة، وبعض الأمثلة الأكثر شهرة هي « إينشتين». فجأة وهو في الترام في زيورخ لكيفية تأثرإدراكنا للوقت وللفراغ بالحركة النسبية للمشاهد، وسماع موتزارت للسيمفونية التي في رأسه بكاملها في لحظة واحدة، ولحظة وضوح التفكير لدى «نيوتن» حول الجاذبية حينما سقطت تفاحة على رأسه، وبالطبع وثبة «أرشميدس» من حمامه.

وهكذا يكون فهم العملية الإبداعية عند هؤلاء الأفراد جيدا، فإن الاهتمام المبالغ فيه بهم يؤدي إلى تباعدنا، فأنت وأنا عندنا نفس العملية الإبداعية التي تعمل



عندنا جميعا.فقد كان يصف الطبيعة السامية لهذه المخلوقات. ولكن هذا يضعه في مستوى واحد بعيدا عن الواقع الذي جربته أنا وأنت.

إذن دعونا نزيل غموض البديهة ودورها في قدرتك الإبداعية. أين ومتى تصل إلى أفكارك الجيدة؟ ومن ثم يصف علماء النفس «الثالوث» بأنه: «الحمام والسرير والأتوبيس»، وتلك أنشطة نتوقف فيها عن معالجة مشكلة بطريقة تحليلية، بل وأن العقل الدائر بحرية كما يبدو ما زال يعالج قطع اللغز؛ ولذا قال الطالب الصيني «أويانج هسيو»: إن هناك ثلاثة مواقف تكون فيها كتابته في أفضل أحوالها: «على الوسادة، وعلى ظهر الخيل، وفي الحمام»، وفقط فلنستمع إلى وصف موتزارت للحظات التي تكون فيها الأفكار سهلة المنال بالنسبة له: «حينما أكون كما كنت ـ نفسي تماما ـ ووحدي بكل ما في الكلمة من معنى، ومرتفع المعنويات أي: مسافرا في مركبة، أو متجولا بعد وجبة طيبة، أو خلال الليل حينما لا أستطيع النوم، وفي هذه الأحوال تنساب الأفكار الأفضل والأكثر وفرة، ولا أعرف من أين تأتي؟».

إن الجزء الأول من هذه الملاحظة ذو جدوى عملية بالنسبة لنا، فهو يصف نوعا من الشروط المسبقة للمحيط الذي قد تحتاجه من أجل أن تنساب العصارات الإبداعية، ولكنه ـ أيضا ـ يقر بالغموض.

والآن ربما نحن لا نكون مثل «إينشتين» أو "موتزارت"، فسوف ندرك لحظات من التقدم المفاجئ في التفكير، ربما تكون هذه وجدتها مصغرة حول ما تقوله لرفيقك، وكيف تقدم عرضا، لماذا يجب أن تمنح حبك لهذا الشخص؟ وربما تجلس متسائلا من أين تأتي الفكرة؟ ولكن كما لو كانت الفكرة التي تنبع تتشكل تماما في عقل المرء، وبينما يعدو المنطق ـ لإدراكها ، «ومن ثم فإن «البديهة» هي: وصول مفاجئ لحل بخطوات منطقية مخبأة عن عقلنا المدرك، والفكرة تتصدى للمنطق، ولكن هذه ليست كيفية وصولك هناك أنه تفكير بدون تفكير».

وعلى الأرجح فإن «البديهة» تعمل في غالبية القرارات التي تتخذها، وتتضح على نحو مثير في التقدمات المفاجئة الشهيرة التي وصفتها لك في الحال، ولكن

فلتبحث عن بحث قوي حول البديهة، وستجدها محيرة بصورة مثيرة للغرابة لأن أعمال الكتاب الرئيسين حول المخ - «ستيفين روز» و«توماس بينكر» على سبيل المثال - نادرا ما تحمل إشارة إليها، وبشكل مثير للسخرية، فإن العديد من التقدمات المفاجئة في التفكير بأنهم يصفون قد أتت من خلال تفجرات مفاجئة للوضوح العقلي، ومن حسن الحظ أن العلم يلحق دور الانفعالات، حتى دراسة الشعور شرعت في أن تكون مناطق مشروعة للبحث بفضل التفكير لعلماء علم الأعصاب مثل: «أنطونيو داماسيو».

ومن ثم ذكر «كارل جانج» ذات مرة أنه من الغباء الشديد الإشارة إلى كل شيء لا تستطيع تفسيره بوصفه مزيفا، وبالطبيعة فإن هذا لا يعني أننا لا بد أن نتخلى عن المنطق في محاولة فهم البديهة، وقد لاحظ «جانج» الذي كان مسئولا بدرجة كبيرة خلال القرن المنقضي عن رفع إدراكنا للبديهة، وأن البديهة لا تشير إلى شيء مناقض للمنطق.

إنه كما لو كنا ننغمس في لحظتنا البديهية في بئر من الحلول المحتملة، وهي غير متاحة في العملية المنطقية وحدها، ولكنها ـ فقط ـ تتصدى مثل بصيرة صادقة إن كنا نستطيع حينئذ أن نعمل في الاتجاه العكسي، ونطبق المنطق عليها، فعلى سبيل المثال: إن كان «أرشميدس» أو «إينشتين» مخطئين في وثباتهم البديهية، وإن كان «موتزارت» قد قدم موسيقى فقيرة كنا لن نتكلم عن وهجهم البديهي.

فلا بد من تعديل إحساسنا الباطني، أو مشاعرنا الداخلية، أو لحظات إلهامنا بالتفكير العقلاني، وهنا يظهر كيف نوازن بين جانبي طبيعتنا؛ لنهيئ العقل للحظات وجدتها أكثر.

- دورة وجدتها:

تصور أنك تحل لغزا من الكلمات المتقاطعة الصعبة، وإن لم تكن عبقريا في هذه الأشياء، فمن المرجح أنك بعد وقت قصير ستدرك أن الإستراتيجية الأفضل هي أن تضعها جانبا، وأن تتركها، وتطبق الحكمة القديمة بأن تنام عليها، وقد تستأنفها ثانية



في فترة الإنهاء فيما بعد، وربما في الصباح التالي، فماذا يحدث؟ سوف تتضح فورا بعض الحلول التي كنت معميا عنها في اليوم السابق على نحو مذهل.

**مراحل الحل الإبداعي لمشكلة**

١- الإعداد / التحليل

٢- الحضانة / التركيب

٣- الاستنارة / إيجاد الفكرة (وجدتها)

٤- التنفيذ / الاختباء

حينما نتفحص كيف يحدث ذلك، يمكننا أن نرى أنها مثل عملية إعادة التفكير في أي شيء في حياتنا، ومن ثم يمكن أن نضع ذلك في الإطار النظامي في الصندوق السابق، وقد تبينت هذا الشكل من عمل عالم الرياضيات الفرنسي العظيم «هنري بوينكير» والذي أصبحت فتوحاته الجديدة ومضات مرئية تبعث فترات زمنية طويلة من التحليل.

**المرحلة الأولى:** هي فترة الإعداد والتحليل في مثال الكلمات المتقاطعة، وهل هذا جناس ؟ أي معنى تعينه الكلمة هنا؟ وهل هذه الكلمة ملائمة؟ وحينما نتركها بمفردها؛ لكي تتطور.

**المرحلة الثانية:** يتضح أننا قد نسينا المشكلة عن قصد، ولكن يعمل عقلنا في تركيبها، وربما نكون قد استرخينا وتركناها تمضي، ولكن هذا يعتبر وقتا خصبا جدا بالنسبة للوقت المناسب لعمل علاقات ربط أدنى من حد الشعور، وبما يبعث على الأمل، فإن المرحلة القادمة هي أن يكون لديك تجربة أو وجدتها، وتختبر ذلك في المرحلة الرابعة، فحينما نجد أن إجابتنا على مفاتيح اللغز ملائمة أو غير ملائمة (أو حينما أعمل مع زوجتي التي قررت أن تجعلها ملائمة!).

الآن هذه هي نفس العملية - وإن كانت في وضع يومي آخر - مثل تلك التي كانت فعالة حينها فكر «اينشتين» في النسبية العامة، وقد سبقت سنوات عديدة من البحث وميض بديهته، وكانت البصيرة أو وجدتها لها معنى بالنسبة له؛ لأنه كان لديه سياق منطقي؛ ليضعها فيه.

دعونا نربط ذلك بالحل اليومي للمشكلة، فقد ركزت جاهدا على شيء ما في عملك أو في مشكلة شخصية، إذن حينها تخرج لتناول وجبة بعد العمل أو تسترخي في الإجازة الأسبوعية، فأنت تصرف النظر عنها تماما، أو هل تفعل ذلك؟ جرب معظمنا الوصول إلى أفكار جيدة حول العمل حينها لا تكون في العمل، أو التوصل لعلاقة حينها نكون على مسافة ما منها، فالجلوس على الشاطئ في صداقة، أو قيادة السيارة جميعها لحظات عندما نقف خلف المشكلة بالقدر الكافي؛ لنسمح بظهور تصور أوضح «وربما لا تكون مثيرة للاهتمام مثل فتح علمي أو فكرة جديدة، وإنها نفس العملية الفعالة».

وبإمكاننا فهم معنى من ذلك من خلال فهمنا لنصفي المخ، والنصف الأيسر مرتبط أكثر بالأنشطة الاستنباطية، والمنطقية، والحسابية، والعقلانية، أما النصف الأيمن فهو المسيطر عند غالبية الناس على المعالجة البصرية والفراغية، والموسيقية، ويرتبط بشكل أكثر مباشرة بمراكزنا الانفعالية.

ولكن كن حريصا، فإن رؤية علم النفس المبسطة لذلك هي أن النصف الأيسر من المخ هو أساس البلاء؛ لأنه منطقي فحسب، ويمنع الرباط الجيد في النصف الأيمن من أن يكون ذلك مضللا، فالمرحلة الأولى لديها نزعة إلى تحليل الأجزاء المؤلفة للمشكلة، وهذا ضروري وهكذا فإن التركيب، أو أنشطة النصف الأيمن الأخرى لديها شي ما لضمه إلى بعضه البعض!.



**البحث عن إجابات:**

إن كنت تقوم بحل كتاب ألغاز، فكم مرة تغش وتنظر إلى الإجابات في مؤخرة الكتاب؟ وماذا لو كنا نستطيع عمل ذلك في حياتنا اليومية؟ الإجابة هي أننا نستطيع عمل ذلك، ومن ثم سلط الضوء في عقلك على المستقبل، ومن المثير بلا استغراب عدد المرات الكثيرة التي تأتي لنا فيها الإجابة ـ فقط ـ إذا انتظرنا فترة طويلة بالقدر الكافي قبل أن نسأل عنها، وحاول الآن، واجلس بهدوء وفكر في مشكلة أو قضية تريد حلها وفكر ـ فقط ـ في ماهية الإجابة في مؤخرة الكتاب.

ومن ثم يمكن وصف مرحلة( وجدتها) باعتبار أن كلا من نصفي المخ يعملان معا، وقد تم الوصول إلى إجابة تتصدى للمنطق، ولكن هذا لا يحدث في خطوات إضافية، مثل: تحليل علم الإحصائيات.

وباختصار فإن البديهة تدور حول المنطق وربما تدحضه ، ولكنها مجئ لأسلوبين للتفكير معا، وهو ما يثمر فكرة إبداعية ذات جدوى متعارضة مع توهم النصف الأيمن من المخ. إنها أحلام ـ تماما ـ مثل: السحب في قهوتك، فالإبداع الحقيقي يعني المجئ بشيء ما إلى الوجود – أو علاقة ربط بين شطين من الفكر غير مرتبطين بوضوح – وإعطائها صيغة وتركيب، إنه وجود حالم ، ولكن الشخص هو الذي يحلم .

**بديهات الثانيتين:**

يصف كاتب العلوم في جريدة «نيويورك تايمز» «ماكولم جلادول» في كتابه الرائع «ومضة» يصف كيف نقوم ـ غالبا ـ بإصدار قرارات للموقف في ثانيتين، وهي عملية شبيهة للغاية بما قد نسميه في الشائع بديهة، وقد وصف بصورة تستوقف الانتباه كيف أصدر خبير في الفن اليوناني، حينما حضر مع ما يفترض أنه Kourous تمثال أصلي قديم، وأصدر حكما في ثوان، واستند كما يبدو على الشعور لتقرير ما إذا كان التمثال أصليا أم لا.

وكان الخبير لديه معنى «الرفض البديهي» معتمدا على النظرة الأولى فحسب، وقد دفع متحف جيتي ١٠ ملايين دولار ثمنا لهذا التمثال، مستندا إلى ما يزيد على عام من التحليل العلمي بميكروسكوب إلكتروني، ومقياس طيفي للكتلة، وأساليب تحليلية أخرى قالت: بأنه أصلي قطعا، وإذن من نصدق؟.

وفي الوقت الحاضر، وإذا كان شخص ما على دراية بسيطة بهذه الأمور يصدر حكما بديهيا بأن التمثال مزيف، وتصوري ذو قيمة بسيطة أو حتى دون قيمة، وحينما أتوصل أنا أو تتوصل أنت إلى «ومضة»، أو قرار مفاجئ يكون الأمر كما لو كان يتم ضغط سنوات من الإعداد والمعرفة إلى تلك اللحظة من الاستبصار، وهذا هو السبب في أن «جيمس ويستلر» في واحدة من أشهر حالات جذب الأنظار للشهرة، وكان قادرا على أن يصرح بأنه رغم أن صورة زيتية قد استغرقت وقتا قصيرا في رسمها، إلا أنه أفاض بتجربة حياته في كل واحدة.

وبالطبع فإن لغز الكلمات المتقاطعة يكون به إجابة أفضل، أو صحيحة، كما أن الأمور الهامة التي نعالجها في الحياة هي مشكلات مفتوحة الأمد، أو فرص يكون فيها البحث عن إجابة أكثر من سائل، وعلى سبيل المثال: ربما يكون لدينا «وجدتها»، وحينئذ نجربها؛ لنكتشف أننا نحتاج للقيام بتحليل أكثر لها؛ لكي تكون حلا معقولا، أو ربما نجد أن لدينا ومضات من الاستبصار خلال المرحلة الأولى.

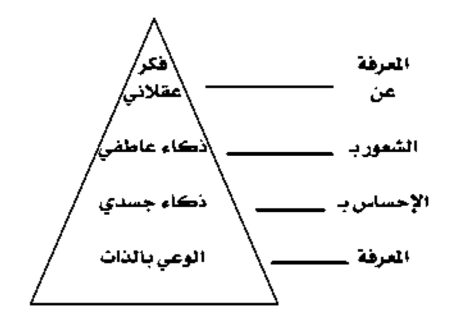
الشيء الهام هنا هو إدراك أن هذا الشكل من التحليل، والحضانة، والاستنارة يبدو أنه محاط بسياج سلكي محكم في مخنا، كما أنه الطريقة التي نفكر بها في قضايا حياتنا الكبرى، ومن ثم فعليك ـ فقط ـ أن تكون أكثر وعيا بأي مرحلة نحن فيها ،مع موضوع معين يمكن أن يساعدنا في أن نسترخي، ونتلقى الهبات التي تأتي من هذه الدورة الطبيعية لنشاط المخ، كما أن الأمر كما لو كان عقلنا يريد أن يقدم لنا حلا عندما بالنظر في البيئة من أجل الإجابات الممكنة.

**• المستويات الأعمق من التفكير والشعور:**

إلى أن ننظر إلى الرؤية المتابعة لكيفية وصولنا إلى أفكار جيدة تحتاج كذلك لأن نفكر في البعد العمودي، وما هي المستويات المختلفة للتفكير والكينونة التي تحدث أفكارا جديدة؟.

وبالمنظور الهرمي سوف ترى مستويات مختلفة من المعرفة، فعلى السطح عقلنا المنطقي تدعيما لذلك إنفعالاتنا وذكائنا.

والمستوى الأخير من الهرم أصفه باعتباره «المعرفة»، وهذا ليس غامضا كما يبدو، وربما يستغرق عقلك المنطقي فترة زمنية قصيرة؛ ليدرك مشاعرك، ولكن بتغير صديق واقعي للغاية ،سألته أن يعرف البصيرة «أنت تعرف تماما!»، وهذا هو مستوى المعرفة الضمنية أكثر منها المعرفة الصريحة، ومن ثم قد لا يكون بإمكانك تفسير كيفية أو سبب معرفتك، ولكنك تعرف فحسب.




الإبداع من حيث الجوهر هو نمط من التفكير أكثر إرتباطا، وكثيرون جدا يعملون في المستوى السطحي لمحيط الفكر، ونركز على الأجزاء فحسب، ومن ثم تعلم تجاوز هذه المستويات السطحية، ونقوم بالنقر في تفكير «كلي»؛ حيث يعاد تجميع

هذه الأجزاء بطرق لا يمكن أن تشهد بها عمليات التفكير المقسمة.

البديهة هي طريقة للغوص إلى مستويات أعمق من محيط أو بحيرة، وهناك حيث تستقر الأفكار الأكثر فاعلية، ولا من مكان يمكن فهم ذلك بطريقة أفضل من تلك الكلمات لـ«آرثر كوستلر»: «اللحظة الحقيقة، والظهور المفاجئ لاستبصار جديد، ومن فعل البديهة تؤدي مثل هذه البديهيات إلى ظهور الومضات الإعجازية، أو دورات قصيرة من التفكير المنطقي، وفي الواقع يمكن تشبيهها بسلسة غارقة لا يظهر منها سوى البداية والنهاية فوق سطح الشعور،وتواري الغواص عند نهاية واحدة من السلسة ويعلو عند نهاية أخرى، وتقوده حلقات غير مرئية».

إذن كيف تتعلم أن تصبح أكثر تقبلا لهذا؟، وكيف تعرف أي مفاهيم نصدق؟ وأي منها يجب أن تصرف الذهن عنها باعتبارها مجرد أسراب من التوهم أو التطيرات؟.

دعونا نبدأ بما لا يجب فعله، ولا تضع نفسك في قالب واحد بوصفك لست نموذجا بديهيا، ورغم التعبير اليومي «بديهة المرأة»، فإن الإحساس بماهية المسلك الصحيح للفعل متاحا بالنسبة لنا جميعا، ورغم أن الرجال يفضلون بشكل أكبر اللغة الذكورية «للمشاعر الداخلية» أو «الهواجس»، ومن ثم أجرى أستاذ بالمدرسة «جاج ويش باريك» عدد ضخم من الاستفتاءات لأشخاص من ثقافات مختلفة، واكتشف أن البديهة هي أداة مستخدمة في الشائع لصنع القرار من قبل النساء والرجال على حد سواء، ومما يدعو للاهتمام أنها ذات أهمية أكبر عند كبار السن، وربما كانت الأنماط الأصغر المتدربة في MBA «لم تتعلم» بعد الفكرة النظرية، بأن العمل هو عملية عقلية محضة للدخول في الأرقام، وحسابها، وإدراك النتائج الصحيحة، وهنا ملاحظة من مصدر مستبعد، ومن المدرسة النمساوية للإقتصاد «العمل التجاري هو نشاط بديهي يتضمن هواجس ومشاعر داخلية».

كثير من النظرية حول البديهة جاءت عن وصف «كارل جانج» لسلسلة متصلة بالتفكير الواقعي العملي مشتقة من الأحاسيس عند النهاية، ومن البديهة عن نهاية



أخرى، ويمكن أن يتم منحك درجات على هذا المقياس للقوائم النفسية مثل: مؤشر نموذج «مايرز – بريجز» ( MBTI ) الذي يوضح تفضيلك لهذين النمطين لحل المشاكل.

وبينما يبرهن على تفضيل - جميعنا تقريبا - لا متماثل في تفضيله استخدم اليد اليسرى أو اليمنى، أو العين، الأذن، القدم،.... إلخ، ومن ثم أعتقد أنه يجب وجود إنذار صحي مع أنماط الحجج هذه، وبمجرد أن تصل إلى نتائجك ربما تعمد إلى التصرف بطريقة تصبح تنبؤ للأداء الذاتي «أنا نموذج عقلاني؛ لهذا فأنا لا أقوم بالبديهة» ، أو «أنا بديهي؛ لذا فأنا لست جيدا في التحليل».فلا بد أن يقوم التعلم بتوسيع الفكر ، وليس مقاومته، ومن ثم فإن قدرة المرء على استيعاب بعض الصفات الإيجابية للأسلوب غير المستغل كبيرة.

إن المصيدة المحتملة هنا، والعائق الكبير من المحاولات من أجل إعادة التفكير في أي شيء بنجاح هو تفكير «إما/ أو»، وقناة للتفكير تم تعزيزها على المستوى التعليمي من خلال هاجسنا الذي يتملكنا بالمهارات اللفظية والحسابية،لكن وببساطة فإن تأكيدنا المبالغ فيه على كتاب تعليم والنماذج التحليلية للذكاء الإنفعالي والإبداعي حق قدره على سبيل المثال.

**تفكير معا/ و:**

إن اختبار ذكاء الرتبة الأولى هو القدرة على الاحتفاظ بفكرتين متعارضتين في المخ في ذات الوقت، ومداومة الإبقاء على القدرة على التوظيف.

ف. سكوت فيتزجرالد، روائي، ١٩٤٠ – ١٨٩٦

هناك مستويات أعمق من الذكاء تدعم كل هذا التفكير الواعي، ويتركز الكثير من انتباهنا على خطة معا / و ثنائية الأبعاد، والتي تسمح لنا بفكرة مستويات الوجود «برؤية حل في ثلاثة أبعاد»، وبمعنى أخر: «من زوايا مختلفة عديدة، وأطلق على ذلك تفكير«معا /و»، تفكير«معا» بإمكانه رؤية مستويات ملحوظة أكثر للمشكلة»

و«الأوجه الأقل وضوحا وغير المرئية بالنسبة لهذه الكيفية من التفكير، ومستويات الشعور، وكذلك ما تمت تسميته «ذكاء الجسم».

ليس من قبيل المصادفة أن تستخدم تعبيرات مثل شعور «داخلي» حينما لا تستطيع أن تفسر منطقيا سبب معرفتنا لشيء ما؛ فإن الجسم نفسه لديه «عقول» خاصة به، فلنفكر في الآلاف من القرارات التي يتم اتخاذها لنا كل ثانية عن طريق أجهزتنا الهضمية، وقد أطلق العلماء على ذلك حركة ذاتية داخلية مدركين، على نحو متزايد أن «العقل قد هرب من المخ»، وإن كل جهازنا العصبي منخرط في رسائل التغذية التي ربما تبدو في نهاية الأمر أن تفكير مدرك في مراكز التفكير العليا في المخ.

ومن ثم يتحدث واحد من أكثر خبراء الأموال نجاحا في العالم وهو «جورج سوروس» على أن ألما يشعر به في ظهره ينبهه إلى المخاطر في قرار استثمار معين، وتذكر هذا بعد «معا / و»، وهذا لا يعني أنه يتخل عن معرفته العقلانية لسوق الأوراق المالية في صنع القرارات، بل بالأحرى أنه يتم إبلاغه كذلك من خلال مستويات أعمق من ذكائه،وفي هذه الحالة، فإن البديهة «ممثلة» حرفيا في الجهاز العصبي.

إذن كيف تستمع إلى الدور الذي تلعبه انفعالاتك؟ الإجابة المبسطة هي أن تسأل؛ لأنك تحتاج لأن تسترخي بشكل مثالي في مكان هادئ؛ لتجري هذه المحادثة مع ذاتك، وأقرب إلى مستوى المعرفة.



**«البديهة هي تجربة جسدية كما هي تجربة عقلية، ولذلك فإن التمرين البسيط هو ان تدور وتقابل كل من الاتجاهات الأربعة للمحيط مقدرا الدور، وضع عقلك، وجسمك وانفعالاتك، وحالتك النفسية، حينما تفكر في موقف او مشكلة معينة، قم بتدوين أو برسم ما جال بنفسك بدون اي مراقبة».**

بإمكانك كذلك أن تستخدم هذا لمتابعة أسئلة أكبر في الحياة، مثل:

- كيف تشعر بأنك أصبحت مستعدا للعمل؟



- ما هو المستوى العام لصحتك؟

أما السؤال الأخير فقد وجد الأطباء أنه أداة تشخيصية دقيقة إلى حد مثير للدهشة إن كان بإمكانك أن تبقى على اتصال بمستوى «المعرفة تماما» بالقدر الكافي، فمن المدهش كم ستتحسن قدرتك على تقرير المسلك الصحيح للتصرف.

ومن ثم يحتاج ذلك إلى ممارسة ووقت تماما مثل: تعلم أو إعادة تعلم أي مهارة خاصة، غالبا ما تأتي إلينا الأفكار في صمت، وتقوم بتدريب يومي من الجلوس بهدوء وتناول، وليس مقاومة مشكلة معينة في عقلك وفحصها مع مشاعرك، ويدبرك الجسم لا محالة بأن «تستشعر» طريقك إلى حل أفضل، فحينما أقول: إنك تتصل بمستوى عقلك الذي عنده «تعرف» فقط، فقد تم إدراك ذلك في بعض الفلسفات منذ آلاف السنين، وهذا المستوى من العقل معروف في الهند بكونه ritam المستوى الذي يثبت بالحقيقة؛ ولذا حينما علم «إينشتين» أن نظرياته كانت صحيحة، ولم يكن منزعجا، وإنما كان يعبر عن حقيقة مؤكدة جاءت من الغوص في مستوى المعرفة.

إن ذهاب القلق والخوف هو الخطوة الأولى لا تقلق، فإنه دوما لديك حارس عقلاني يتحقق من أن مفاهيمك تقوم بما هو صواب، والخدعة هي غفلة لفترة قصيرة من الزمن،ومن ثم أخبره أن يخرج هنيهة وجرب شيئا جديدا.

**قواعد غير مكتوبة:**

هناك قاعدة رئيسية تسري في كل أنواع الموسيقى ،هي نوع من قاعدة غير مكتوبة، وأنا لا أعرف ما هي، ولكني اكتسبتها.

«رون وود» عازف جيتار.

- **إعادة التفكير: أسرع وجدتها:**

دعونا نفترض أن لديك مهمة تتطلب درجة من التفكير الإبداعي لإتمامها، ولنقلها في غضون أسبوع، وربما تكون تلك المهمة مقالا تكتبه، أو عرض لزملائك، أو محادثة شخصية لست متأكدا منها في الواقع، أو مقابلة شخصية،ومن أجل التبسيط

دعونا نفترض أن هذا يحدث في يوم الجمعة، وأنه بإمكانك التعامل مع هذه المهمة ـ فقط ـ في الأيام القليلة السابقة.

يختلف الناس في عاداتهم التخطيطية، ولكن الكثيرين يتركون الإعداد حتى يوم الخميس أو لو كانت سياسة عناد تؤدي إلى المهالك هي صفة مميزة لك حتى صباح يوم الجمعة! فإن الفكرة الجيدة، مثل: الطعام الجيد، تحتاج إلى وقت لوضعها جانبا، ولتصبح ناضجة بطريقتها الخاصة، فمنذ تطبيق نموذج الأربع مراحل للتحليل، والتحضانة، ووجدتها، والتنفيذ، فإن الطريقة المثالية هي أن تبدأ من يوم الإثنين تاركا المشكلة جانبا ،حتى يوم الأربعاء، وحينئذ حاول صيغة أفكار بشكل أكثر إكتمالا، ولماذا تثمر هذه الطريقة أفكارا أفضل بكثير؟.

هذا بسبب أنه بمجرد أن تغذي عقلك بكل المعلومات – وسوف تطلع على أساليب ذلك باختصار – فإنك تقوم بالحضانة وبالتركيب حتى بينما تقوم بمعالجة أمور أخرى عن غير قصد، وأحيانا قد تدرك وجدتها صغيرة على طول هذه الطريقة، وهذا يعني أنك حينما تجلس في ليلة الأربعاء لتجمع أفكارك، وسوف يكون هناك درجة من السهولة والإحساس بأن الأفكار تنساب بيسر أكبر.

| المرحلة الأولى<br>تهيئة العقل<br>16 | المرحلة الثانية<br>الحضانة<br>15 | المرحلة الثالثة<br>إيجاد الفكرة<br>14 |
|---|---|---|
| 19 | 18 | 17 |

وغالبا ما تمسك بالأفكار التي ارتفعت إلى السطح المدرك لعقلك بينما تكون منشغلا بنشاطات أخرى.



### الإفادة الفكرية

قد تكون حاولت تقديم جلسة لفكرة بارعة مفاجئة إما في المنزل، وإما في العمل ـ فقط ـ لتجرب صمت عميق وطويل الأمد حينما تعلن الكلمة، وهذا ليس بسبب أن الناس لا يريدون أن يكونوا مبدعين، وإنما لأن الأفكار الجيدة تأخذ وقتا؛ لكي تنضج وتنمو.

وهناك طريقة أكثر فاعلية بصورة ساحرة ،وهي أن تتحدث إلى كل شخص بمفرده قبل هذه الجلسة ببضعة أيام قليلة حول الموضوع الذي تريدهم أن يكونوا مبدعين فيه، إما وجها لوجه، وإما عبر الهاتف، وفي الفترة الفاصلة سوف يقومون بحضانة الفكرة، وربما قد يكون لديهم بعض «وجدتها» وقد يكون الأفضل أن تطلب منهم أن يحضروا «نموذج أولي» للفكرة أو لحل آخر من ورقة بيضاء للاجتماع، والفرق يعد من المعجزات.

هناك مبرر لسبب إحداث هذه العملية من إشباع نفسك بالموضوع مبكرا، وعندئذ تركه جانبا، وإحداثها لأفكار أفضل، وهو فكرة الوضعية العقلية،وربما تتذكر من الفصل الأول مثال سيارة جديدة، وفجأة تنظر حولك في الطرق، وتلاحظ بشكل انتقائي الموديلات المشابهة لموديل سيارتك، أو كلمة أو تعبير جديد، ومن ثم يبدو أن كل منشور تختاره ،أو كل برنامج تليفزيوني تفتحه يستخدم هذه الكلمة أو هذا التعبير، وهذا بسبب أن العقل يفحص بيئتك عن غير وعي كما هو مماثل لانشغاله، ومن ثم ضعه في سياق حل المشكلة، وهذا يعني أنك إن غذيت عقلك بعناصر المشكلة في وقت مبكر، يكون الوضع كما لو كانت الطبيعة البديهية للعقل تبحث عن حلول في كل ما حولك. تتحدث الأبحاث عن «ملاك المكتبة» والقوة التي لا يمكن تفسيرها، والتي تعني أنك تعثر على كتاب أو مقال سقط مفتوحا، وهو ذو صلة ببحثك، وبقدر إدراكي بأنه ليس هناك بعد اسم مكافئ لذلك حينما نستخدم شبكة الإنترنت، ولكن واحدا من أعظم إسهاماته في التفكير من جانب آخر هو القدرة على تصيد الروابط خلال المواقع المرتبطة بصورة عابرة فقط.

ولا يحتاج هذا للشرح عن طريق أي أفكار سحرية أو غامضة،والواقع هو أن العقل محاط بسياج سلكي محكم لإيجاد حلول بمجرد أن تضعه في الاتجاه الصحيح، وكم مرة عثرت فيها على مقال أو شخص ذي صلة بما تفكر به؛ لأنه في مقدمة عقلك؟ نعلم أن الحظ يفضل العقل المعد هنا كيفية تطبيق هذا المبدأ على الحياة اليومية.



**«إن كنت تعالج موضوعا يحتاج دراسة جديدة، فإن السبيل الأفضل هو أن تغرق نفسك في هذا الموضوع لمدة ساعة أو ساعتين دون أن تبحث عن حلول بقصد».**

تعلمت طريقة من أجل تدوين الملاحظة بشكل إبداعي، ومثل تخطيط عقل «توني بوزان»، وهي مفيدة جدا في هذه المرحلة، كطريقة لتفريغ أفكارك تماما مثل القطع الخشبية المقطعة على الصفحة، وأنه مثل إعطاء الأمر لمخك بأن يبدأ التفكير في الموضوع.. أو قم برسمها! اعرض عن « نعم، ولكن» التي تقول: «لا أستطيع أن أرسم» ما أعنيه هنا هو أن تلقي بعناصر المشكلة على صفحة؛ لكي تكون مرئية بالنسبة لك، أي واحد يمكن أن يكون مرئيا من دون أن يكون لديه القدرة على الرسم، وليس من قبيل المصادفة أن كثيرا من لغة البديهة والإبداع مرئي،ونحن نتحدث عن الرؤية، أو التبصير، أو رؤية حل جديد، أو تبني نظرة جديدة، أو تجريب منظورية مختلفة في تلك اللحظة ـ تماما ـ نحن نرسم نتائج!.

- **البحث عن أفكارك:**

يقول شخص جامعي يحاضر في مجال الإقتصاد أنه: إن كان يعمل على تقديم جديد فهو يجربه في الخارج أولا على والدته ذات الست وثمانين عاما، والتي لا تعرف شيئا ـ تقريبا ـ عن الإقتصاد، ولكن لكونها والدته، فهي تستطيع أن تعرف وجدانيا ما إذا كان يتكلم بكلام تافه أم لا، وعند الفعل الحقيقي للفظ يصبح أكثر وضوحا حول ما يعرفه،وما لا يعرفه، وهذه هي المرحلة من العملية الإبداعية للقبول وعدم القلق بإفراط حول الفجوات في معرفتك، أو الهوة الواسعة بين تفكيرك وبين الحل الذي تعرفه أنك تحتاج لأن تصل إليه. ومن ثم حاول شرح شيء معقد تعمل به لأطفالك، لقطتك، أو حتى لمرآة ستصبح بالتأكيد واضحا حول ما أنت على بصيرة به، وما تحتاج لتفكر به بشكل إضافي.

**الطريقة الثالثة**: لبدء تدحرج الكرة مبكرا: هي أن تتحدث عن الفكرة مع شخص آخر، ويقوم هذا بعمل المرات المساعدة لعواملك الداخلية، وغالبا ما نعرف ـ فقط ـ ما نفكر به حينما نسمع أنفسنا نقول شيئا ما!.

وبالطبع، فإن إنجاز عملية الحل الإبداعي للمشكلة في أسبوع، فأنا أبسط الأمر للغاية إلى درجة الغموض، وأحيانا قد نحتفظ ، فعلى سبيل المثال: حول ما هو الخطأ في علاقة السنوات قبل لحظة الوضوح، ومرة أخرى: هذه ليست عملية طويلة ـ ببساطة ـ والتي تعني بأن المرحلة " لا بد أن تتبع المرحلة"، وهناك دورات للنموذج ككل في إطار كل مرحلة.

لذا فبرغم أنك لا تستطيع أن تخطط أو أن تشرع لومضة إبداعية يمكن أن تقيم بعض الظروف المسبقة لتجعلها أكثر احتمالا للحدوث.ومن ثم تذكر ملاحظة «موتزارت» حول أفكاره من أين؟ وكيف تأتي الأفكار؟ لا أعرف،ولا أستطيع أن أجبرها. ولكن الشيء الوحيد الذي بإمكاننا التأكد منه، هو أن البديهة ستأتي لنا في الفجوة بين فكرتين، أو بين نشاط والنشاط الثاني، أو بين لحظات عديمة الجدوى تكون فيها الحياة بالنسبة لمعظمنا مجدولة بشكل مبالغ فيه، وفي الفجوات بين السبات واليقظة، وبالنسبة لمعظمنا مجدولة بشكل مبالغ فيه، وفي الفجوات بين السبات واليقظة كيفية الوصول إلى هذه اللحظات غير الحذرة بشكل أكبر موضوع إعادة التفكير التالية.

- **إعادة التفكير ( ٨ ) انتبه إلى الفجوة:**

بعض محطات المترو في لندن عليها نقش «انتبه إلى الفجوة» عند المواضع التي تصل فيها التواءات القضبان الحديدي والرصيف إلى القطار، ومن ثم اعتقد صديق لي في الجامعة، وكان يجلس في محطة Bank Tube جلس هناك لساعتين محاولا اكتشاف ما تعنيه، وبالفعل فإن هذه الجملة عميقة تماما حينما نفكر في كيفية مجيء الومضات البديهية إلينا خلال الفجوات في نشاطتنا، وتدخل في المسالك الطولية لعقولنا مجبرة أن تتواصل، ونحن في عالم مدفوع للغاية من خلال العمل على حساب الكينونة بأننا دائما ما ننسى النصيحة

الحكيمة، بألا تقوم بشيء حينما لا نستطيع أن نكتشف ما نعمله؛ لإدخال فجوة مفيدة إلى تفكيرنا الذي به يستطيع عقلنا أن يترك الإجابة التي نبحث عنها.

**• الفجوات بين النوم واليقظة:**

خلال دورة الأربع وعشرين ساعة ننتقل بين ثلاثة أوضاع رئيسية من الوعي، وهي مختلفة موضوعيا وفسيولوجيا: النوم، اليقظة، والحلم.

وبالطبع ـ أحيانا ـ ما تكون هذه الحالات غير منفصلة للغاية؛ حيث قد ننام نوما خفيفا حينما ننوي أن نقرأ وثيقة هامة، أو متيقظين تماما حينما نفكر في سداد الضرائب المستحقة علينا في جوف الليل. ومن الملاحظ على المدى الطويل أن الفجوات أو نقاط الاتصال حينما ننتقل بين حالتين والمسماة بـ«الحالة النعاسية» تكون حين الحجاب الذي يجره عقلنا المشغول عبر الأجزاء الذاتية الداخلية لبرهة من الزمن؛ لكي يسمح لنا بنظرة عاجلة على صور عقلية جديدة، من ثم قضى الكاتب والباحث «أرثر كونستلر» عمره يفكر في عملية الإبداع البشرية، ووصف الحالة كالتالي:

«تبدو أكثر المناطق خصوبة أنها شاطئ مستنقعي الخط الفاصل بين النوم والاستيقاظ التام؛ حيث يكون منشأ الفكر المنضبط يعمل بالفعل، ولكن لا تضر بالقدر الكافي حتى تشوش الأنساب الحالم للتخيل»[1].

وليس من قبيل المصادفة أننا في الحالة الإبداعية نتحدث عن أنساب الأفكار، ومن ثم قارن هذا بالأشكال المتصلبة والنمطية للفكر التي تشغلنا دوما.

«تشارلز دوجسون»، «لويس كارول» كان واعيا للغاية بهذه الحالة، وحتى ابتكر ماكينة بسيطة تسمى: «نكتوجراف»، والتي مكنته من أن يدون الأفكار في الفراغات فيما بين النوم، واليقظة، والحلم، والاستيقاظ مرة أخرى بدون الخروج كلية من النوم.

وبالنسبة لك ولي تحتاج الأداة ـ فقط ـ لتكون قلما أو ورقة، أو إذا كنت تنام بمفردك ماكينة إملاء.

---

(١) «مارجريت بودين» و«العقل المبدع»، الكتاب الأصل ١٩٩٠.

• **فجوات في رحلتك:**

من الواضح أننا فقدنا الوقت والدافع للجولات؛ حيث تكون الرحلة أكثر أهمية من الجهة المقصودة، فنحن نسرع إلى المحطة، وإلى شط النهر، ونأخذ الأطفال من المدرسة، وغالبا ما نغفل عن الأشياء المحيطة بنا، والجهة المقصودة هي كل شيء، أما الرحلة فهي مجرد وقت هامد بدلا من الوضع B،A فحسب، حاول اتخاذ الوضع، ملاحظا ومقدرا كل الثراء المتاح لك في رحلتك، وإذا كنت تقود السيارة ضع الموسيقى أو الأفكار الأكثر إثارة في إسطوانة مدمجة أو في الراديو، وإذا كنت تتجول خذ وقتك؛ لكي تتوقف وتكتشف العلامات، والطبيعة، والأفراد؛ ليكون لديك الفرصة للحديث معها، واستمتع بالرحلة.

إن كنت تود إدراك بعض أفضل أفكارك، فهذه النصيحة البسيطة هي كل ما تحتاج إليه، ولكن كن حذرا من الانخداع الذاتي، فكم مرة نستيقظ بعد حلم أو نخدع أنفسنا بأننا سنتذكر الحلم في الصباح، ونادرا ما يحدث ذلك؟ ومن المستحيل أن تسحق نفسك كله مع هذه الأساليب. أريدك أن تأخذ مختمة وورقة، وإن كان ضروريا إن كنت لا تريد إزعاج نوم الآخرين.

• **التنزه:**

كان كتاب مثل "ج. ر. ر تولكين" و"س. إس لويس" مشهورين بالجلوس في كافتيريا النشر، والأطفال في أكسفورد في ناديهم غير الرسمي، يقرءون ويناقشون قصصهم بعدة بيانات قليلة من المشروبات الإنجليزية الدافئة، ولكن الشيء الأقل شهرة عندهم هو جولاتهم النشيطة عبر أنحاء الريف، ولم يكونا أول من استخدم التجول، أو التنزه كمصدر للإلهام، ومن ثم كان "بيتهوفن" يخطو خطوات واسعة حول مدينة (فينا) في كل الطقوس، حالما بسيمفونياته بينما كان يمشي متجاهلا كل من يحبوه.

الجولة الجيدة يمكن أن تجلب لك العديد من المزايا الإبداعية، وأحيانا أخرج أنا وصديق لي في الصباح دون خطة واضحة المعالم من حيث المكان الذي سنذهب إليه في

النهاية ، ومعه أشعر ببعض الشيء أي مثل الدكتور «واطسون» مع «شيرلوك هولمز»؛ لأنه يراقب الناس، والتفصيلات المعمارية بطرق تفوتني إلى أن تظهر، وحينئذ تصير بكاملها رحلة حقيقية للاكتشاف؛ حيث نتوقف عند نقاط معينة، وربما نواصل مناقشة جادة لكن - أحيانا - تكون السلبيات محل مناقشة: مقابلة بالمصادفة، والاستماع عرضا لفترة قصيرة من محادثة، وزيارة مبنى لم يكن مفتوحا من قبل. في هذه الرحلات تكون محادثات ومقابلات مستحبة ونفضل اختيار الطرق الأقل استخداما في السفر - زقاق لم نحط به من قبل، مقهى أو مكتبة عامة لم نزرها إلى الآن - وفي أوقات مثل هذه يتفادى العقل الانشغالات اليومية، وتناول العملية الإبداعية متحليا بصبر الصياد، وسوف يكسر الصيد الجديد سطح عقلك، وليس بإمكانك التنبؤ بوقت حدوثها، ولكنها ستحدث حتما تقريبا.

**VOUCHER**

This entitles the holder
to an afternoon of complete idleness,
to be spent in any way the user chooses.

TAKE IT TED GUILT!

Signed: *Nigel Barlow*

وعن طريق ابتداع رحلتك المختلفة الخاصة بك، ستجد نفسك منفتحا بشكل أكبر على أفكارك وانطباعات لم تكن معدا لها، وأفكار وانطباعات تأتي من رؤية المجال الأيسر للهامش.سأترك مع هذه الفكرة من منظمة تشجع الناس على الخروج بشكل أكثر، وإعادة الاتصال في العالم، والمجتمع المتجول.

في التاريخ الإنساني ثقافتنا هي الأولى؛ حيث لا تتشكل حياتنا بالطبيعة، وإنما بالصور في وسائل الإعلام؛لأننا نقضي وقتا نشاهد الطبيعة التي يظهرها التلفاز أكثر من الوقت الذي نمضيه لتجربة الشيء الحقيقي.

**إعادة التفكير (٩): التوقف المؤقت عن العمل وبينته من أجل البديهة:**



هناك إجحاف غير صحي ضد التوقف المؤقت عن العمل، ومن ثم افحص خطب السياسي البريطاني «جوردن براون»، وسوف ترى فكرة استحواذية بفلسفة أن «رجوع الناس إلى العمل» هو الحل لكل أمراضنا الاجتماعية والإقتصادية ،لكن العقل المبدع دائما ما يقع في فخ الروتين الممل والإنهاك الشديد لأسبوع من العمل تحتاج إليه؛ لتنظيم ثورة ضد الثالوث المنكر من العمل، والإسراع، والإنجاز، وهذه ليست ظاهرة حديثة تماما، فقد كان يتم تصوير الفنانين والنماذج المبدعة باعتبارهم متكاسلين، وأنهم يشكلون خطرا كبيرا بالنسبة لطبقات التجار الكادحة، وهي ما تمثل أغلبنا في الوقت الحالي، وفي كتابة «إنذار للعاطلين» عام ١٨٨٥، قال «لويس ستيفنسون»: إن التوقف المؤقت عن العمل مدبرا في الصيغ.

إن كنا بحاجة إلى فترات من التوقف المؤقت غير المركز من العمل، وابتداءً من المناظر، أو حتى عدم القيام بشيء من أجل خلق الثغرة لعقلنا البديهي؛ ليمتلئ بالأفكار والحلول، فعلينا إيجاد طرق لحماية الشخص الذي من «برولوك» من بابنا.



فكر في هذا وأنت تعمل كاتبا في وكالة إعلانية، وقد تم اعطاؤك مهمتك الإبداعية الأكبر، وهي أن تكتب حملة لـ«متج هيكن»، وبمرور الأيام ليس هناك شيء على الكمبيوتر (كان هذا في عام ١٩٨٠)، وعقلك إما في حيرة أوفارغ تماما، أو ماذا ستفعل؟ ترك الكتاب محل النقاش.

فقد أخذ بفكرة التوقف المؤقت عن العمل لأبعد حد، واستقل طائرة إلى المغرب، وحجز في فندق مامونيا، ويمكنك أن تتخيل أن مع الاقتراب السريع لآخر موعد لإنجاز العمل انحدر وضعه في العمل إلى ما دون الصفر، ولكن في منتصف الليل استيقظ بعض الشيء؛ ليكتب دون نظام على طاولة بجانب السرير: «تجديد الجوانب التي لم تصل إليها أنواع الطعام الأخرى».

وحينئذ عاد إلى النوم، ومن هذا السطر - الذي يسميه الشعراء السطر المطلوبune ligne donnee - طور واحدا من أنجح الشركات وأدومها على مر الزمن".

ومما يثير الغرابة أننا حينما نبدو لا نقوم بعمل شيء يمكننا إنجاز الشيء الكثير، وهذا ما أعنيه من التوقف المؤقت المدروس، وقد تكون ما زلت تقلب أوجه الفكر في مشكلتك أو هاجسك، ولكن حينما تهدأ يمكن أن يظهر الحل ويتجنب العقل المنشغل.

ومن ثم تلاشي النوم تقريبا من العالم المحتد للغاية، بل أنه هو الحالة التي يمكن فيها القيام بعمل إبداعي أكثر، وربما تعتقد أن «بروست» كان مبالغا في إتخاذه سريره للكتابة لمدة ١٤ عاما ولكن على الأقل فقد ابتكر واحدا من أعظم الأعمال الأدبية في القرن العشرين، وها هو شخص ليس مشغولا مثلي ومثلك:

يجب أن تنام - أحيانا - بعد وجبة الغذاء ،وليست إجراءات مقتصرة اخلع ملابسك واذهب إلى السرير، وهذا ما أفعله دوما، ولا تعتقد أنك بذلك ستنجز عملا أقل؛ لأنك ستنام بالنهار، وهذه فكرة حمقاء يرتئيها الأشخاص الذين ليس لديهم

خيال، وستكون بإمكانك إنجاز عمل أكثر.

- **بيئة من أجل البديهة:**



حينما نذكر أن غالبية الناس يقولون: إنهم يصلون إلى أفكارهم الجيدة إما بالوقوف خلف المشكلة وإما في مكان غير بيئة العمل، فغالبا ما أعترض عليهم بقولي: «إذن ماذا تفعلون هنا في حجرة الاجتماع؟» أنا أمزح بعض الشيء ـ فقط ـ لأن الكثير جدا من الإبداع يتم السعي إليه في غرف الاجتماعات، وأنت جالس على بعد مترين من الشخص الذي يليك وفنادق المطار؛ حيث لا يمكنك فتح النوافذ لتتنفس! وبإمكانك القول بأن مصدر كل الأفكار الجيدة هو شيء من النطاق الفسيح نظريا، وأنه موجود طيلة الوقت ومتاح لكل إنسان، كما أنه ذو المؤهلات الصحيحة، ولكن في الواقع هناك عديد من المواقف؛ حيث تجد استقبالا غير مكتمل أو غير موجود.

يجد الكاتب «بيل نيكلسون» الشهير بسيناريوهاته «بلاد خيال الظل»، «والجلاد» وهو ـ أيضا ـ الفائز بجائزة كاتب الأطفال، يجد أنه يمتلك نوعا معينا من المناظر الريفية أمامه؛ لكي يبدع على أفضل ما يكون،وقد أخبرني أنه يجب أن يرى السماء كثيرا، والمنظر بعيد المدى.

إن منظرا طبيعيا كبيرا يساعد على أفكار كبيرة في يوم صاف، ومن ثم يمكنني أن أرى لأميال، وهذا يشبه التسلق أعلى حائل واكتشاف بلد تم العثور عليه حديثا، فهذا هو مثير للغاية». وهو كذلك يعتقد أن العملية الإبداعية يساعد عليها التجول في أرض مفتوحة؛ لأن عيناه تستطيع أن ترى بعيدا، فإن عقله يمكنه أن يمتد في الجولة».

تحدث علاقات الربط، ومن ثم أحتاج إلى رحلة شبيهة بالحلم حتى أصل إلى فكرة جديدة، وإلا سيكون مخ المعالجة هو من رتب كل ذلك. لدي منظر خاص،

انظر عبر وادي النهر المغطى بالأشجار في Gloucestershire؛ حيث أشعر بأقصى درجات الإسترخاء، وأستطيع أن أصل بشكل أفضل إلى تفكير جديد، وحيث إني لست موجودا بهذا المكان كثيرا، فقد توصلت إلى فكرة التقاط صورة أو رسم هذا المنظر، وأخذها معي في الأماكن التي أكتب بها، فإنها ليست الشيء نفسه تماما، ولكن شيئا من تذكار يبقى معي.



**«أوجد طريقة ما لأخذ صورة للمكان المثير على الإبداع بالنسبة لك حينما تسافر».**

ماهي الظروف التي تحتاجها؛ لكي تفكر بوضوح، ولكي تسترخي، ولكي تسمح لبديهتك أن تنساب؟ وبالنسبة للمخترع «دنيس فيشر» فالإجابة كانت واضحة كان يحتاج ثلاثة أشياء: أن يعزف «بيتوهوفن» بصوت عال جدا، و«ويسكي» آيرلندي، ورائحة التفاح العفن» فحينما كان صغيرا كان يستمتع بالتوقف المؤقت عن العمل في بستان، وهناك كانت الكثير من أفكاره وأحلامه الغضة، وقد وفر صديق لـ«فيشر» كان يعمل على تدريبه، وفر له هذه البيئة الحالمة، ولو في علية منزله في «براد فورد»، «يورك شير»، وقد ناقش الفكرة التي يعمل بها «فيشر»، وحينها اختفى المخترع الصغير إلى خلوة علية المنزل، وأخذ معه وجبات تكفيه مدة ثلاثة أيام، وحينها هبط لمناقشة الفكرة بشكل أكثر كانت قد تم بالفعل صياغتها جيدا واعطائها اسما لها، وكان الاسم «تخطيط الجزء الأعلى Spirogrophh»، وأصبح هذا المنتج ومشتاقته العديد أكثر الألعاب الدولية مبيعا، وكذلك نصيحة فنية.



**«لا اقول: إن «فيشر» لم يكن لديه هذه الفكرة لولا ذلك، إنما يعني ذلك ظهور أحد اوجه النرد المفضل بالنسبة لك أكثر من غيره من خلال خلق الظروف الصحيحة، وإذن اين تحتاج ان تكون؟ اي دعامات تحتاجها؟.**

قمت بإجراء بعض اجتماعاتي الأكثر إبداعا مع العملاء في أماكن غير معتادة،



مثل: قمة Arcde Triomphe، تتجول عبر المستنقعات الإسكتلندية في مطاعم التزحلق على الجليد في جبال الألب الفرنسية، وحينها أذكر حاسيتي المصدق عليها طبيا لوظائف القرن الحادي والعشرين، فهذا يلائمني بشكل جيد تماما، ولكنه - أيضا - يعمل لصالح العملاء، ومن الغريب أن حتى الأشخاص الذين يديرون شركات ذات رؤوس أموال، تقدر بعدة بلايين من الجنيهات يشعرون أنهم يتزحلقون على الجليد، أو يلعبون الهوكي، وبعد هذا كانوا يقولون بشكل دائم تقريبا «كان هذا عظيما، وأشعر أننا أحرزنا فتحا جديدا في التفكير، ولكني غير متأكد بأني أستطيع تنفيذه».



**«امنح لنفسك الإذن بأن تكون صائب الفكر، فإن عقلك يعمل».**

***




## الانتباه



**«أنت لست منتبها طول الوقت من أيام المدرسة وحتى الزواج» ولكننا منتبهون، فنحن ننتبه – فقط – إلى الشيء الأكثر إمتاعا من الشيء الصحيح الذي أمامنا، وخاصة الشيء الذي نشعر أننا بحكم الواجب نجد عقلنا يشدالرحال بسببه.**

ومن هو الشخص الجذاب الذي يتجول بمحاذاة النافذة؟ وما هي الموسيقى التي بإمكانك أن تسمعها بعض الشيء عبر حائط جارك؟ والحقيقة هي أن العقل يذهب في جولة بالنسبة لمعظمنا، وخاصة حينما تبدو فترة الانتباه المعزز ضرورية، ومن ثم حاول التركيز على قطعة غريبة من الشعر . ثم ناقش ...هل تبدو مألوفة بشكل مبهم؟ هل تعرفها؟ بالتأكيد تكاد تكون تعرفها، ولكن هذا يعتمد على أي قناة من الاهتمام تستخدمها، ومن المحتمل ألا تفهمها.

وإذا كنت (١) فقط تقولها لنفسك، أو من التناقض (٢) إن كنت تعرف اللغة جيدا! وهذا حينما يكون تفكير الصفحة المفتوحة، وحب الاطلاع موضعا للتطبيق،وبمجرد أن تقولها بصوت عال فسوف تفهمها، أو من المرجح بشكل أكبر أن يفهمها الشخص الذي له ميول شعرية ...

إذن أنت قد عرفتها! إذن ماذا؟ كثيرا ما تأتي لنا حلول المشكلات حينما نتعلم استخدام الطرق البديلة للانتباه، فحينما «نتلاعب» بالفكرة وحينما لا يكون انتباهنا سلبي بشكل صرف. هنا الأخبار الجيدة، فالانتباه ليس مرادفا للتركيز الغبي، أو محاولة بجدية للإمساك بفكرة ثابتة في عقولنا.



**«انظر إلى يدك، واستمر في ذلك لنصف دقيقة، فعلى سبيل المثال: ماذا تلاحظ؟ من المؤكد تقريبا ان تركيزك يتحول وما تراه يتغير».**

يكاد يكون مستحيلا أن تحتفظ بصورة ثابتة في عقلك، وربما نشبع أنفسنا إنتقادا بسبب ذلك، قائلين: «لست جيدا في التركيز». وفي الحقيقة حينما نحاول الانتباه إلى حديث أو إلى كتاب، ونجد أن عقلنا قد انجرف، فنحن نجرب أن «ننجذب خلافا لذلك»، وهذا هو نفس الاسم الذي يعطيه عالم النفس «إيلين لانجر» لهذه الحالة، فدائما ما يسعى العقل إلى ما كان ممتعا ومثيرا أكثر، وهذه الطبيعة الداخلية و الخارجية للانتباه هي نزعة يمكننا استخدامها من أجل تأثير جيد إن كان بإمكاننا أن نشمل أو نضيف العقل أحرى من السيطرة عليه أو الاحاطة به.

ورغم ذلك لا يجب استخدام فهم الانتهاء الإبداعي كتبرير للبلادة، فحينما تتركز القوة الكاملة للانتباه على شخص أو شيء ما يكون للتأثير ممتاز، وهناك قول قديم بأنه لم يتحقق أي شيء عظيم سوى عن طريق أحادي المس في مهمة خاصة.وغالبا، ليس كثيرا جدا أن تكون عدم قدرتنا على الانتباه هي المشكلة؛ حيث إن قدرتنا على إيجاد شيء ما نجدي في القيام به، وحينما نجد شيئا يستحق اهتمامنا سواء أكان عملا ساحرا في بستان، أو فرصة للحصول على فائدة كبيرة، ومن ثم يمكن أن نصبح منكبين تماما في مهمة حتى ولو كنا مبتهجين.



**«إذن ما هي المشروعات التي في حياتك والتي تعرف أنها سوف تستحوذ على انتباهك؟ اختر واحدا، واخطط الخطوة الرمزية الصغيرة الأولى، وربما تكون مكالمة تليفونية او بريد إلكتروني، وعندئذ قم بشيء إضافي اخر صغير، ولاحظ . فقط . على أساس يومي ما يجذب انتباهك وما لا يشغله».**

«وعندئذ، حينما تسنح لك فرص للاختيار بين طريق وآخر، فستعرف أيا منها لتختاره».

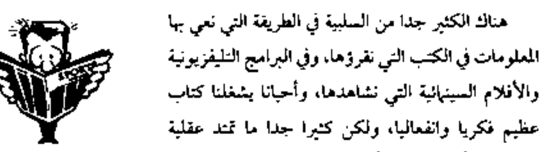
وفي واحد من تجارب «لانجر» حول «التعلم اليقظ»، وسأل «لانجر» ثلاثة مجموعات من الطلاب أن ينتبهوا للأشياء الملونة على شاشة الكمبيوتر، وإحدى المجموعات تم توجيهها بأن «تنتبه»، والأخرى بأن تقتفي أثر الخطوط المحيطة على الشاشة، والثالثة وهي المجموعة الأكثر تيقظا بأن تفكر بطريقتين مختلفتين حول كل شكل، وأن تلاحظ الأشياء المختلفة بينهما. وليس من قبيل الغرابة أن المجموعة التي تسميها «متيقظة» قد أنجزت عملها قبل المجموعتين الأخريين، ولكن بشكل بالغ الأهمية، وقالت المهمة تستلزم مجهودا أقل وأثرها أقل إحباطا، ولقد ناقشت «لانجر» في أن التذكر هو أكثر معايير الانتباه ذات المغزى.

هذه واحدة ـ فقط ـ من التجارب المشابهة العديدة التي توضح أن :

«إن الطريقة الأكثر فاعلية لزيادة قدرتنا على الانتباه هي التطلع للبحث عن الحداثة داخل حالة الدافع، سواء أكانت قصة أو طريقة، أو صورة زيتية».

ولذا يمكننا إعادة التفكير بنجاح في قدرتنا على الانتباه، ويعنى هذا البحث بالمفاهيم الضمنية للتعلم، ولكنه درس يمكننا أن نطبقه على حياتنا الشخصية والعملية، وزيادة الحداثة، وأن نصبح أكثر نشاطا في الطريقة التي نعالج بها المعلومات، والأفكار، والآخرون يكونون في إطار سيطرتنا، ونحن نتطلع بالفعل إلى الحداثة – طرق يمكننا بها أن نعرض عقلنا لأشخاص ومعتقدات وتخيلات وأبطال جدد – ولذا سنركز هنا على جعل العقل أكثر نشاطا؛ لتنمية قدراتنا على الانتباه.

- **عقل نشط بدرجة أكبر:**



هناك الكثير جدا من السلبية في الطريقة التي نعي بها المعلومات في الكتب التي نقرؤها، وفي البرامج التليفزيونية والأفلام السينمائية التي نشاهدها، وأحيانا يشغلنا كتاب عظيم فكريا وانفعاليا، ولكن كثيرا جدا ما تمتد عقلية بطاطس الأريكة إلى ما أبعد من تجربة مشاهدة التلفاز، والكثير جدا من تليفزيون

الواقع النشط إلى حد مفرط يجعلنا نشعر بأننا موهوبون ومختلفون من ذاتنا بطريقة ما، ولذا نطرح هنا بعض الطرق البناءة، والتي يمكننا من خلالها أن ندفع أنفسنا برفق؛ لكي نصبح أكثر نشاطا وانخراطا في الموضوعات التي بها إمكانية أن تأسرنا.



**«لماذا لا تبتكر أو تقوم بعمل برنامجك التليفزيوني الخاص بك؟».**

هناك مسلسل شائع يعرضه التليفزيون البريطاني وهو «الرجوع إلى الأرض»؛ حيث كان المدير التنفيذي الأعلى يصور فيلما سينمائيا، وقد قضى أسبوعا يقوم بعمل وظيفة أساسية، وربما قيادة شاحنة رافعة مشعبة، أو العمل في مطعم، أو الرد على الهاتف في سنترال، ومع كاميرا الفيديو أصبح بإمكان غالبية الناس أن يفعلوا هذا ببساطة حتى في المنزل، أو في شركة صغيرة، أو في المدرسة أو في المستشفى، ويمكن أن يكون التأثير على الروح المعنوية للإجادات في ظروف العمل متقدمة جدا.

وبشكل موجز، لماذا لا نطبق فلسفة البرامج المتجددة التي لا يخلو منها مكان؟ وأنا على وجه الخصوص أحب فكرة تزيفها؛ حيث يكون لدى المبتدئ في ركوب الموج، أو امتطاء الخيل، أو الرقص في قاعة، فعلى سبيل المثال: يكون لديه شهر ليحدد ما إذا كان بإمكانهم أن يصيروا خبراء، والغالبية لديها انطباع جيد على الأقل؛ لأن يصبحوا كذلك، ولا تأخذ هذا الأمر حرفيا للغاية كما لو كنت مشغولا طيلة الوقت في عملك – من المرجح أن شهرا واحدا يجعلك طموحا للغاية ـ ،ومن ثم سوف تدهشك السرعة التي تستطيع بها إسراع مهارتك، فهو يجعلك تنتبه.

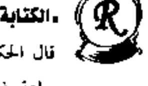


**« إن كنت تعشق الموسيقى ـ أو كنت كذلك ـ فيمكنك قضاء أمسية خرافية بأن تعمل نسخة خاصة بك من البرنامج الإذاعي «إسطوانات الجزيرة الصحراوية»؛ حيث قام أشخاص من ذوي الشهرة باختيار ثمانية مقطوعات موسيقية والتي كانت علامة مميزة في حياتهم، وبإمكانك القيام بهذا مع أربع أو خمس أشخاص إن كنت تقصر كل فرد على ثلاثة أو أربعة**

**اختيارات كما أن سماع الموسيقى ذات الدلالة لدى أشخاص آخرين ليس شيئا ساحرا - فحسب - وإنما - أيضا - المحادثات التي تليها تكون غالبا كاشفة بشكل أكبر عنها في منوعات حفلات العشاء المعتادة.**

أعد التفكير في نوادي الموسيقى - التي تتخذها - فقط - لتعزف مقطوعة موسيقية،وحينها تتحمس لسبب حبك لها - فقد تكون بديلا رائعا عن نوادي الكتاب!

وإن كنت تود أن تصنع قائمة بالتغيرات المختلفة التي طرأت على الأمسيات الموسيقية، راسلني عبر بريدي الإلكتروني nigel@nigelbarlow.com؛ لأن هذا يعد إعادة تفكير، ومن ثم أدافع عنه في هذه الأونة، ولقد أصبحت آذاننا أقل دقة، وعديمة للحس جراء تفوق الإعلام المرئي الذي ساعد الناس؛ لكي يعودوا إلى الاستماع بحق مرة أخرى، ومن ثم فهذا هو الواقع الأعمق وراء اهتمامي بهذا الموضوع.



**- الكتابة والقراءة:**

قال الحكيم الشهير «باراماهنا يوجاناندا»: إننا قرأنا لمدة نصف ساعة، فيجب أن نكتب لساعتين، كما أن المراقبة بعناية هي طريقة تعينك على الانتباه.

ومن ثم يمكنك القيام بذلك من خلال تدوين التعليقات الممتعة، وأفكارك،وتداعيات ما يرد إليك من أفكار عن غير قصد مع القراءة في الحال، أو بإمكانك تطبيق الإستراتيجية البسيطة التي دافعت عنها «جوليا كاميرون» مؤلفة كتاب «طريق الفنان» ، والتي كانت تكتب ما تسميه الصفحات الصباحية، وهذا يعني الاستيقاظ والكتابة من دون تفكير مسبق أو مراقبة ما بعقلك أيا كان، وليس هناك تعليمات أخرى، ومن ثم يكون هذا السلوك ذا قيمة،وبوجه خاص في الأوقات العصيبة والمليئة بالضغوطات في حياة المرء».

طرحت هذه الفكرة على عدد من الناس كنت أقوم بتدريبهم على الإبداع، وقد

ذكروا بلا استثناء أن الأمر كان صعبا في بدايته، ولكن بمجرد أن أصبحت طريقة معتادة في التفكير أو السلوك، اندهشوا لما نتج عنها، وبقيمتها العلاجية؛ لأن «رؤية انشغالاتي الخاصة في مرآة» كانت هي كيفية وصف مدير الشركة العاقل على نحو مفرط في الأحوال العادية.

**التعلم النشط:**

كم تعلم المدارس والجامعات الطلاب بأن يكونوا أكثر نشاطا في الطريقة التي يعون بها المعلومات؟ وفقا لتجربتي قليل جدا - قضيت سنوات عديدة أعلم المدرسين طرق تحسين الذاكرة والفهم، ووجدت أن كثيرا جدا كانوا هم المشكلة يغلب على أساليب التعلم، والتي نعني بها: مهارات المكتبة، أو مهارات البحث على شبكة الإنترنت.

«جوليا كاميرون» طريق الفنان١٩٩٧: حلقة اكتشاف واستعادة ذاتك المبدعة ، وليس كيفية استخدام المخ بطريقة أكثر فاعلية، فحينما يطبق المدرسون أساليب مثل طريقة «توني بوزان» «خرائط العقل المرئي والمنوط بعامل مساعد على التعلم، فدائما ما يقللونها إلى رسومات عنكبوتية سوداء وبيضاء وطولية»، ومن ثم فإن التعلم يصنع فرقا فائقا للعادة لقدرات غالبية الطلبة، ولهذا فهذا هو الوقت لتعين بوزان، أو شخصا مثله؛ ليترأس إدارة حكومية جديدة تسمى التعلم النشط.

- **أفضل حفلات العشاء:**



**« بإمكانك ، أيضا ، أن تطرح فكرة التفكير الأكثر نشاطا في جلسات اجتماعية فتقدم للناس عددا من الاستشهادات والقصائد والأفكار الاستشارية، والملهمة لأشخاص مشهورين وغير مشهورين بدرجة كبيرة، وعند العشاء يأخذونها بالدور: ليصفوا أيا منهم يتحدثون إليهم أو يلمسونهم ، ولماذا؟ وفقا لتجربتي، لا يتبع ذلك أي محادثة**

**فكرية بها عبارات الانقباض والتعب، ولكنها فرصة عظيمة لاكتشاف موضوعات أكثر إثارة، وكذلك فرصة للتنقيب بعمق أكبر داخل عقول ومعتقدات الآخرين.**

والصيغة التي أفضلها هي أن يأتي الناس باثنين أو ثلاثة من موضوعاتهم؛ لطرحها في المحادثة، وقد تكون تلك الموضوعات استشهادات، أو موسيقى، أو صور، أو مصنوعات يدوية يجدونها ذات معنى، أو نافذة البصيرة، أو مرحة، أو مجرد جيلة، وفي الحقيقة أرى أن وجود موضوع في الأعمال المسائية أفضل تماما، فالموضوعات التي نجحت تشمل بوجه خاص نوعا من الجمال، والأصالة، والاحساس، ومن ثم ابتكر موضوعك! ولن يمل أحد أو يكون لديه مشكلة في الإنتباه.

**الإنتباه إلى يومك:**

تصيبني الدهشة بسبب عدد المرات التي يبدو فيها الناس أكثر استمتاعا برؤية الواقع في فيلم سينمائي أكثر من تجربة هذا الواقع، وإن أفضل كاميرا تمتلكها رغم عيوبها هي ذاكرتنا وخيالنا؛ لأنها مرنة بشكل رائع للغاية، ويطبعها الخيال.

وهناك لعبة عائلية كثيرا ما نلعبها في نهاية اليوم؛ لكي تتذكر وقتا خاصا، أو أجازة أسبوعية «أو رحلة وهي أن نحكي قصة اليوم، والتي نسميها «أين كنا وماذا فعلنا»، وبإمكانك القيام بهذا مع شاب أو طفل، والشيء الرائع هو أنك تنتبه إلى اليوم بطريقة تفاعلية، ومن ثم يمكن أن تكون كذلك كاشفة جدا؛ حيث تكشف الطرق المختلفة التي بها تدركان كل شيء، وهذه اللعبة تخلق أرشيفا أثريا وأكثر حياة من أي فيديو قديم.

- **قم بتعليمها:**

ليس هناك طريقة؛ لتكون نشطا في تناول المعلومات أفضل من تعليمها للآخرين، فالتعليم مثل دافع طبيعي بأنه حينما يتعلم أطفالنا أي شيء جديد، ويكون

رد فعلهم الأول هو أن يعبروا إلى فكرة أخرى أنت، أو أشقائهم، أو حتى عرائسهم المفضلة.

ولذا فإن كنت تريد أن تفهم وكذلك تتذكر شيئا، فطبق نفس الاستراتيجية، وإن لم تقم بأي تعليم من قبل، فسوف تكون مدركا لاحساس «أه» الذي يرافق محاولة شرح نقطة ما: عند منتصف الطريق أثناء شرحها فسوف تدرك ماذا كانت تعني للمرأة! أو ربما سيكتشف لك مستوى أعمق من الفهم، فالتعليم طريق مزدوج، ومن المرجح أننا نتعلم على الأقل بقدر نقل المعرفة.



**«لذا علم أطفالك و زوجتك وأقاربك انفعالاتك، واهتماماتك: ولكي نبقى على انتباهنا يقظ لا بد أن نكون جميعا معلمين».**

ومن ثم كانت هناك امرأة ممن كانت تدرب كخبيرة تجميل، ولكنها كانت خائفة من التحدث إلى الآخرين في مجموعات، وهي مهارة تحتاج إليها في تسويق خدماتها، وهي لم تعرف بأني حجزت لها حديثا في مركز صحي محلي بعد ستة أسابيع، وبالنسبة لها كان هذا يعتبر امتدادا، وليس إجهادا، وهو تميز هام. وبعد إجابتها الداخلية الأولى - «أنت كاذبة، يا نيجل» - قمنا بتعليمها ،وأبلت بلاء حسنا أكثر مما توقعت هي أو توقع الحضور.

- **الانتباه إلى الآخرين، وتذكر الأسماء والوجوه:**

هناك مثال شائع لكيفية تشتت انتباهنا ،وهو عدم قدرتنا على استدعاء اسم شخص ما، ومن ثم فإننا نعلم أننا قابلناهم من قبل، وتم نقشهم بأسمائهم باحتياج في مناطق يعلوها التراب في عقولنا، وربما نتفادى حتى النظر إليهم ونتجاهلهم؛ لكي نتجنب الإحراج.

ومن ثم «أود أن أصف كيف نعيد التفكير، ونحسن هذه القدرة بدرجة كبيرة، والتي ليست كعادة اضطرارية في حفلة ؛ لأنها مهارة اجتماعية هامة - وهي من غير



شك كذلك - وإنها لأنها ذلك المثال المثير حول كيف لا أنتبه».

يقال في إنجلترا: إنه حينها يتم تقديمك لشخص جديد، فلا تحتاج لأن يكون وجهك مغسولا، ولكنك تحتاج زوجا نظيفا من الأحذية؛ لأنه يكون هناك نزعة إلى تجنب تلاقي الأعين، والنظر لأسفل والغمغمة باسمك.

حاول الانتباه؛ لأن أوجه الناس ساحرة -حقا- وتكاد تكون فريدة تماما، ورغم أننا ربما نبدأ ملاحظة أنها تأتي في الشكل، وحاد الأنف، شاخص العظام، وهكذا، وبالطبع من السهل أن تقول «انتبه»، وإن كنا مضطربي الأعصاب، فلن تستريح حتى تفهم الاسم، وربما نفهم بالفعل؛ لنقول الكلمات الأولى التي نود أن نقولها لهذا الشخص. ولا عجب أننا لا نتمكن من استعادة أسمائهم بعد ذلك بخمس دقائق، ومن الصعب تذكر مالم تدركه.

هذا مثال يومي لحين تبطئ الطريقة التي تستوعب بها المعلومات في شبكتك الإدراكية الحسية، ومن ثم فكر لمدة دقيقة: هل اسم الشخص ضروري بالنسبة لهم؟ بالطبع: نعم، واسمك ،أو اسم آخر مشابه يتم نطقه عبر غرفة مزدحمة، وانظر ـ فقط ـ كيف يستقر عقلك على هذه الإشارة، والتي تجعلك حاجبا كل الضوضاء الخلفية الأخرى، ومن ثم لا بد أن تنتبه إلى أسماء الأشخاص، وإن لم تدركها في المرة الأولى، واسأل، وإن ظلت غير واضحة واسأل مرة أخرى. وهذا يوضح بالفعل التقدير الكبير لفردية الشخص أكثر منه عندما تملأ بهم مخك على اعتبار أنهم سالي، وروزي، وليلى؟ لما تبقى من الأمسية.

يأخذك برنامج العمل التالي عبر العملية الكاملة لاستعادة اسم شخص، وتعلمه واستخدمه - فهو ناجح - ولكن -أيضا- شاهد كيف يتأرجح انتباهك أو يتركز في كل مرحلة، وأيضا كن واعيا حينها تستخدمه عمليا بكيفية أن معالجة المعلومات بنشاط تزيد من انتباهك وذاكرتك على السواء.

**• الأسماء والوجوه والأساسيات:**

١) انظر وخذ وقتا؛ لكي تلاحظ الشخص الذي تقابله، واستمع كلمات «شارلوك هولمز» للدكتور «واطسون»: «أنت ترى، ولكنك لا تلاحظ».

٢) اسأل، وإن لم تدرك اسم الشخص، واسألهم، وعندئذ اسألهم مرة أخرى في بعض الحالات؛ ليكون من المفيد ـ أيضا ـ أن تبدأ مناقشة صغيرة حول الاسم على سبيل المثال، وإن كان الاسم غير مألوف، فكيف يتم تهجيته؟ وما هو أصله؟ وبالطبع استخدم هذا بحرص، فإذا كان اسم الشخص ليس «سميث» أعتقد أنهم سيظنون أنك تلعب ألعابا عقلية حينما تقول: «أوه»، وكم هو ساحر، وهل لك صلة بـ«بيل سميث»؟ وإذا كان الاسم «الطيب» على سبيل المثال: ربما تأخذ المحادثة منحى أكثر إمتاعا، وسترى هنا ربطا بين الانتباه والذاكرة، ومن المرجح ـ أيضا ـ أن تصور الفكرة وتفحصها والتلاعب بها يعني: الذاكرة.

٣) أعد الاستخدام والتكرار؛ لأنه ضروري، ولكنه ليس متطلبا كافيا للإعادة، ولذلك فإنه ـ فقط ـ يساعد! ومن ثم استخدم ذلك في التقديم مرتين أو ثلاثة أثناء الأمسية، وحينها ستبدأ في حفر المعلومة في مخك.

٤) مراجعة هامة، وبالنسبة لي تعتبر هذه الخطوة الحرجة، وإن المعلومات التي تتكرر عند مستويات أكثر استضاءة للعقل يكون لديها النزعة؛ لأن تثبت هناك إشارة أكثر ضوضاء، ولذا فإن كان تذكر أسماء الأشخاص مهما، فربما أراجعهم مرات عديدة في رأسي بينما أنظر إلى الشخص؛ لكي يحدث الوصل، ولكن يمكن أن يكون بينما أجتلب شرابا، والفائدة الثانية من القيام بهذا في صمت: هي أنه ليس هناك حد لقدر الوقت الذي بإمكانك أن تراجع فيه الاسم في رأسك، ومن ثم يصبح بعض الأشخاص مزعجين اجتماعيا؛ لأنهم يستخدمون اسمك بشكل زائد عن الحد «نعم، محمود» لا «يا محمود»، وأنت حقا شخصية ساحرة «يا محمود».

٥) قل وداعا للاسم، ويوضح بحث الذاكرة أن الأشياء الأولى التي تشهدها (في الصدارة)، يمكننا استعادتها، ولذلك إن انطباعك الأخير هو استدعاء الاسم، فإن لديك فرصة أكبر للصقه في ذاكرتك.

## ولكن .....

هناك دائما «نعم، ولكن» كبيرة، وهي تظهر في هذه المرحلة، ومن ثم فهي ـ غالبا ـ السرعة التي يتم تقديمك بها للناس، والتي تجعل من الصعوبة ممارسة الكثير من الخطوات السالفة الذكر.

## دعونا نواجه هذا مباشرة:

أنت تدخل إلى الغرفة، ويقدمك المضيف أو المضيفة المتلهف أو المتلهفة، ويقدمك إلى مجموعة من أصدقائهم بسرعة «نيجل، هذا داف، جيني، مايا، جوش، مادلين، ....».

قد يقول شخص ما في هذا الوقت « أنا متأكد من أنك ستنسى كل هذا!». ورغم القصد الحسن، فهذا غير مهذب للغاية، كما أنه بمثابة أن تقول: «أود ان أقابل حسن .. حسان .. حسين .. حسون .. » أي اسم وأيا كان الشخص مرة أخرى، فإن هذه الطريقة؛ لكي تبطئ المعدل الذي تستقبل به المعلومات، وبذلك يمكن أن تعطيها كامل انتباهك.

وبالفعل يكون أكثر تهذيبا أن تتبادل كلمات قليلة مع شخص في المجموعة، وأن تتأكد من أنهم استوعبوا اسمك واستوعبت أنت أسماءهم، وأيضا تبادل أي تفصيلات اجتماعية أخرى، وقبل الانتقال إلى الشخص التالي، فعليك أن تقاوم الوجود الحائم للمضيف المفرط في الخلفية، ويمكن القيام بذلك بسهولة.

وكثيرا ما تكون «نعم، ولكن» التالية حول الحجم المطلق للأسماء، وبوجه عام يكون المخ جيدا جدا في تذكر قطع صغيرة من المعلومات، ويكون المعدل فيما حول سبعة (رغم أنه ليس معدل العقل المدرب) ولذلك فعلى سبيل المثال: إن نسيت قائمة

التسوق، فمن المرجح أنك ستتذكر سبعة مفردات ، وإن تم تقديمك لعشرين أو ثلاثين شخص، فيعتبر تذكرك لسبعة منهم أمرا منهم طيبا.

وإذا انتبهنا إلى الطريقة التي يعالج بها عقلنا المعلومات، ويكون بإمكاننا استخدام هذه المقدرة؛ لكي نجري المعلومات من أجل منفعتنا، ولهذا، فعلى سبيل المثال: سأحاول كثيرا أن أذهب إلى مرحلة المراجعة الصامتة في عقلي، وربما بأربعة أو خمسة أسماء قبل الانتقال لاستيعاب الأسماء الأخرى، ورغم أن هذا يبدو أكثر قوة من الطريقة التي استخدمها، وربما تقرر بأنك مستوعب ستة أسماء صحيحة قبل تناول القهوة، وهكذا،ومن ثم حاول استيعاب كمية أكثر جدا، وبسرعة للغاية، فأنت يداهمك خطر فقدان الكثير.

والأمر الهام في هذه المرحلة أن يكون لديك أخطاء، وسيسمح لك الناس بهذا المقدار من الحرية في اللقاء الأول، ولكن لن يجدوا متعة بشكل كبير جدا، وما زال السيد «حسين» بالنسبة لك في الملتقى الثالث.

وبالنسبة للذاكرة طويلة الأمد استخدم قدراتك على الملاحظة اليقظة، وإن كنت ستقابل مع هؤلاء الأشخاص ثانية، وهذا ضروري، فلن تكون القائمة بأسماء هؤلاء الأشخاص ذات جدوى بالنسبة لك؛ لأنك لن تستطيع أن تقف بينهما وبين الوجوه، وبالتالي، فإن رسما بسيطا في مفكرتك اليومية باسم الشخص وصفة مميزة له – مثل شعر أبيض، وعينان سوداوان، متعصب للعبة الجولف سيقوم هذا بعمل بارع دائما.

وإن كانوا يجلسون في غرفة، ويصنعون وصفك الشخصي الخفي على ورقة ليرتبون، فأين يجلسون أو يقفون؟ يساعدك على قرع ذاكرتك البصرية، ومن ثم اعتن بهذا قبل لقاءهم مرة أخرى، وسوف «تكتسب» معظم الناس،وحينما نقوم بهذا فنحن نتبع نصيحة الذاكرة للشاعر اليوناني «سيمنديز»، والذي استخدم هذا النوع من التنظيم البصري الجديد لاستدعاء مكان جلوس الأشخاص في قاعة الوليمة حينما ينهار السقف.

(٦) يستخدم «أندي بيل» بطل العالم في التذكر .. هذا هو أصل استخدامنا اليومي لكلمة «موضوع» المأخوذة من topos، أسلوبا مشابها لتذكر الترتيب الدقيق للبطاقات على الأتوبيسات المتعددة، الموضوعة عقليا على طريق المدينة الذي انتبه إليه وحفظها.

وبالطبع، فإن مؤدي هذه المرحلة يستخدمون هذه الأساليب، وفي مواقف معينة أكثر تفصيلا من أجل صنع علاقة ربط بين شيء محير حول اسم، وفسيولوجية الشخص كل شخص تقريبا تحدثت إليه لديه فكرة - معتمدة تقريبا على معلومات فاصلة تقريبا - بأنك تحتاج هذه الأساليب الأكثر تعقيدا من أجل التذكر، وأنت تعمل بالنسبة للأهداف اليومية، فإن الأسلوب الرئيسي السابق سيعمل بشكل جيد بالقدر الكافي، ويستحق ممارسة للبصيرة التي يمنحها لنا حول كيفية إمكان أن نمارس قدارتنا على الملاحظة، وإعادة التفكير في قدرتنا على القيام بشيء نقتنع بأننا لا نستطيع القيام به.

وفي المرة الأولى أجريت اجتماعا حول الإبداع والذاكرة لشركة سويدية، وهذه المقدرة أنجتني من الموت، وبعد سؤال ١٥ شخصا أن يقدموا أنفسهم وكل الأسماء الإسكندينافية - اعترض ومضة بسؤال «إن كنت ستعلمنا حول الذاكرة، فهل تستطيع تذكر الأسماء التي سمعتها في الحال؟ ولحسن الحظ استطعت، ولو فتحت - فقط - طريقا صغيرا إلى التقديم.



**- تعلمت من أجل الإشارة المستقبلية إشارة صغيرة يمكن إضافتها لما سبق وإن كان لديك غزارة من قائمة الضيوف مقدما، تفحص كل الأسماء مرتين أو ثلاثة».**

وأنت الآن تعرف أن هناك على سبيل المثال: ثلاثة باسم أولي، واثنان باسم ماري، وهكذا، ومن ثم يجعل مهمة توفيقه أسهل بكثير. إنه مثال يومي سهل، ولكنه سيوقظ قدرا كافيا من حبك للاطلاع؛ لكي تفكر في أن إخفاقات ذاكرتك والوظائف العقلية الأخرى، والتي ربما نعاقب أنفسنا بسببها بشكل فيه تحامل، وهي - ببساطة - بسبب

أننا لم نمارس استخدام الطاقة الكاملة لانتباهنا.

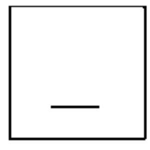
فكم مرة انتقدنا فيها أنفسنا بسبب ما نتصور أنه تذكر فاشل؟ وإذا رجعنا من العمل إلى البيت وتركنا بعض الأوراق الهامة، فمن المرجح أن نتصور أن هذه هي بداية النهاية - موت الأعصاب، وهجوم مفاجئ للشيخوخة، ووهنها الحتمي، ورغم ذلك، إذا رأيت ما الذي تركه مجموعة من ذوي التسع سنوات في المدرسة - شنط، وأحذية، وحتى بنطلونات! وهذا لا يؤدي بهم إلى أن يذهبوا إلى منازلهم، ويشعرون أنهم يفقدون عقولهم.

هناك طريقة عملية لإدراك أن ذاكرتك أفضل مما تتصور، وهي ما أسميها إعادة التفكير مدته ثلاث دقائق.



**« قبل أن تخرج مباشرة لهذه المرحلة، فعليك أن تغادر الاجتماع ، واجلس لمدة ثلاثة دقائق، ودع الانشغال يخمد، فقط اسأل نفسك في الداخل ما الذي تحتاجه إلى غير ذلك؟ ومعظم الوقت ستصل إلى إجابة في هذا السكون فكرة بسيطة، ولكنها تم طمسها بفعل السحب الترابية للضغط اليومي.**

**● العنصر الثاني:**



من أجل أن نلتقط زاوية مبتكرة، نحتاج أن نوجه انتباهنا إلى رؤى ذات صلة أكبر بالموقف، وأحرى من استخدام ضغط عقلي للقوة الكاملة. وبإمكانك أن ترى في الصورة خطا داخل صندوق، ومن ثم دعونا نفترض أن هذا الخط لا يمحى، فكيف ستزيله؟

هناك حل فرعي وهو إضافة خط أكبر يشغل انتباهك بصورة أكبر وبدلا من تركيز انتباهك على المشكلة الموجودة، تحولت إلى منظورية أخرى تذيب المشكلة الأصلية، وإن لم تحل بالكامل غير هامة نسبيا.

ومن التناقض أنه يتم تحقيق حل لمشكلات اليوم على أفضل ما يكون عن طريق طرح عنصر ثاني يفوق سيطرة المشكلة الأصلية في عقلك، وإن كانت الغرفة مظلمة لا تحاول أن تزيل الظلمة، فأنت ـ فقط ـ عنصر الضوء الثاني.



وبالنسبة لي، فهذا هو المعنى الصحيح لقصة التعليم القديمة للمتصوف «ميولا نازرودين»، وهي قصة قرأتها مرارا، ولكن من الأمانة أن أذكر أنني أمضيت سنوات؛ لكي أفهم معناها، فإن ميولا – الذي تم رسمه كعالم أبله – يبحث عن مفتاحه في طريق تحت ضوء الشارع، وحينما يسأل صديق أين فقد مفتاحه؟ يجيب أنه كان في منزله، وحينما يسأل الصديق المتحير عن سبب بحثه ليلا في الخارج في الشارع، ويوضح «نازرودين» أن منزله معتم، وهناك ضوء أكثر تحت المصباح الذي في الشارع.

أي شخص يفهم هذه القصة حرفيا يكون مصمما أن يتحير، ولكن بالطبع إنها قصة تعليمية حول أين تضع انتباهك، ومن ثم فإنها ليست هراء، وإنها عدم فهم، والذي يتجاوز الرؤية العقلانية الخالصة.

ولذلك فإن تطبيق قصة «نازرودين» بديها لا يعني أن نبحث عن مفتاحك في الحديقة بينما تعرف أنه ليس موجودا في البيت، كما أن القصة تتحدث عن مآزق أكبر، وأكثر انفتاحا، وبالتالي فإن الخطوة الأولى هي أن تقف خلف ما يبدو أنه متصلب،

وربما تكون هذه خطوة صحيحة إلى الوراء، قال الشاعر «والاس ستيفن»: إن ـ أحيانا ـ كل ما تستغرقه هو جولة حول البحيرة و«الضوء» في هذه الحالة هو وجهة النظر الجديدة من بعض الوجوه، وهو الأكسجين لمخك من وجوه أخرى، ورغم أنه ـ فقط ـ حوالي ٣ بالمائة من وزن الجسم، ومن ثم يستهلك المخ ٢٥ بالمائة من الوقود الضروري لحل المشكلة.

**● الفراغ والمكان:**

إن تأخذ نفسك إلى مكان يكون معه عادة لك (تذكر ذهاب الكاتب «هيكن» إلى المغرب من أجل حله)، وغالبا ما تكون نعم، ولكن «أن» ليس هناك وقت من الصعب تذكر الطبيعة النسبية للوقت: وبالنسبة لي ساعة واحدة نمضيها في كوخ في قريتي، والعزلة دائما ما تثمر عن عديد من الأفكار مثلما تثمر جلسة أمام الكمبيوتر مدة النهار، ولكن على نحو غريب تحتاج أن تكون في الفراغ؛ لكي تتذكرها.



**«إذن، أين فراغك الخاص؟ إن لم يكن لديك فراغ خاص بك، فناقش مع أصدقائك ماذا يفعلون، أين يذهبون حينما يكون لديهم حاجة ملحة لإعادة التفكير في شيء ما هام؟».**

سوف تندهش من بعض الإستراتيجيات التي يطبقها الناس، ومن ثم يقول الكاتب «ول سلف»: إنه يصل إلى أفضل أفكاره في فترات قيادة سيارة في طريق سريع طويل على وتيرة واحدة، ويحتاج زميل أن يذهب في رحلة طويلة بالقطار إن كان لديه مشكلة صعبة خاصة في عقله، وإن كنت شخصا نشطا حاول قراءة the songline's لـ«بروس شاتوين»، ولهذا توجد إطراءات جيلة لفوائد التجول.

ومن خلال أخذ نفسك حتى ولمدة وجيزة بعيدا عن «عتمة» الصعوبة، فأنت تسمح لعقلك بأن يستقر، ويبدأ الوصول إلى مناطق يوجد بها «الضوء» أو «الحلول»، وفي مستويات أهدأ وأكثر تمددا من عقلك، وإن عملية التحضانة أو التفكر في أعمال أفضل حينما نكون مسترخين، ويمكننا كسب مسافة بعيدا عن الموضوع الذي نعيد التفكير فيه.

**هل أنت ناقد أم مبتكر؟**

من الصعب أن تكون في نفس هاتين الحالتين للعقل في ذات الوقت،فالمبتكرون أشخاص يشعرون بالإضطرار لخلق أفكارهم، وهذا يحدث على أفضل ما يكون من دون تدخل من الصوت الدفين الذي يقول «هذا ليس جيدا» «لن يهتم أحد بهذا».. .إلخ. ومن ثم تصور ما الذي جعل «إميلي ديكنسون» تستمر، فحينما وجدت ما يزيد عن ١٧٠٠ قصيدة من تأليفها بعد رحيلها، ولم ينشر سوى قصيدتين لها في حياتها.

وهذه واحدة من حالات قلائل في إعادة التفكير حينما أدعو إلى تفكير ما واليوم هل أنت مبدع أم ناقد؟.



**«دائما ما يكون هناك في عقلك مفتاح تحويل بإمكانك ان تضبطه إما «ممكن» أو «ليس ممكن»، فهل أدرت «الممكن»؟**

ولكن في الحالات؛ حيث يكون الخط قابلا للمحو بدرجة ثابتة حقا، مثل المرض المزعج لشخص عزيز، فإن التحرك تجاه الضوء يعني إيجاد طريق في عقلك لإعادة صياغة المشكلة، ومن ثم تقترح «إيلين لانجر» إستراتيجيات عملية في بحثها التنويري، وفي إحدى التجارب جعلت المشاركون يعيدون صياغة تجربتهم في معاودة المستشفيات من وجهة نظر إيجابية، ومن ثم فهي تصلح لأن تكون وقتا للراحة، للتأمل، لرؤية أصدقاء لم يروهم منذ وقت طويل وهكذا، وكانت النتيجة أنهم تعارفوا سريعا، وأصبحت معنوياتهم أفضل من المجموعة الضابطة، أنه مثال فعال لإختيار أين توجه انتباهك، إنه اختيار جوهري نقوم به بديهيا مرات عديدة في اليوم الواحد ما بين الضوء والظلام، والنقد والابتكار، والاستحالة والإمكانية. وبشكل أكثر دقة، فإن اختيار أين توجه انتباهك يمتد بالفعل حتى يلامس العالم الصلب والمادي كما يبدو من حولنا.

ومن المعروف في علم الطبيعة أن ما يقرب من عام أن الملاحظ يؤثر على الملحوظ بإمكاننا أن نعرف إما معدل سرعة الذرة وإما موضعها، الإلكتروني على سبيل المثال،

وليس كليهما معا، كما إن المسلك الفعلي للانتباه يسبب «انهيارا لوظيفة الموجه»، وبشكل مشابه حينما نتبه إلى أمر واحد على حساب أمر أخر فنحن نخلق ممرات عصبية جديدة في مخنا من خلال استخدام إدراكنا فحسب.

وتبرز طبيعة تأثيرات انتباهنا؛ ولذا يجب أن نكون معتنين بالمكان الذي نوجهه إليه، وأيا كان نركز عليه انتباهنا فسوف ينمو؛ فإن كان خوفا أو تهديدا فسوف ينمو، وبهذا المعنى فسوف يرى رجال الشرطة دوما تزايد في الجريمة حتى عندما تكون في تدني، وسيرى الأطباء مرضا يهدد رغم نمو مستويات الصحة، وهكذا، وإن تركيز الانتباه على العنصر الثاني لا يعني أن يغطي ما يكون وما قد كان على العقل، بل يعني انجذاب العقل إلى ما يمكن أن يكون.

**(ما نركز عليه انتباهنا ينمو!)**

- باعتباري متحدثة ومدربة خاصة للإبداع في منظمات حول العالم، ومن ثم طبقت ـ أحيانا ـ سمة الخفاش لأساعد الناس على إعادة توجيه انتباههم على نحو أكثر إبداعا.
- وكما تعلمون، فإن الخفافيش تستمتع بالنوم مقلوبة رأسا على عقب خلال النهار مما يعطيهم نظرة على الحياة مقلوبة، ولكنها جديدة تماما.
- إن توجيه انتباهنا على الرؤية العكسية لمشكلة يمنحنا مدى كامل لأفكار جديدة، ، فلنلتفت إلى العبارة المعروفة الشائعة بأن الناس هم الثروة الأعظم للمنظمة، أما رؤية الخفاش فهي العكس:

**«المنظمات هي الثروة الأعظم للناس»**

دعونا نوضح هذا الأمر نهائيا، فالمنظمات هي وهم من صنع الإنسان ابتدعه من أجل أن يحقق ما لا يستطيع الأفراد القيام به بمفردهم، وإن كانت الأماكن تسمح للأشخاص العاديين أن يحققوا أشياء فوق معتادة، فعلينا أن نحول فكرتنا الداخلية إلى الخارج، وأن نبدأ في تقييم احتياجات الفرد العليا على الوجه الصحيح.



« في التدريب المباشر، أشجع الأشخاص أن يعملوا هذه المنظمات كجامعة، وليس النوع حيث تستريح، تشرب، وتعزف موسيقى ، وحيث نكون تواقين إلى معرفة جديدة، ومهمات مثيرة وتجارب لإثراء الحياة».

**«نفذ الأفكار على نحو أسرع»**

بالطبع، فإن رؤية الخفاش هي لحث الناس أن يمضوا بشكل أبطأ،وهذا بسبب أني أسمع كثيرا أن «لدينا أفكار عظيمة – فقط ـ لا تنفذها بالسرعة الكافية، وهذا يضع الثقة في طبيعة الأفكار في غير موضعها، وتجربتي هي أنه إن كانت الأفكار مثيرة جدا في المقام الأول، فطبيعيا سوف تبعث الشوق إلى الفاعل؛ لكي يراها تحدث.

اليوم يبدو «المضي ببطء من قبيل البدعة، ولكن كثيرا من البدع هي إعادات تفكير عظيمة! وأفكار عظيمة، مثل: الطعام الجيد، وتستغرق وقتا، أو على الأقل ينضج إيقاعها الطبيعي، وهذا يعد واحدا من مبادئ الحركة البطيئة المتنامية بسرعة، والتي تشجعنا على الأكل، والشرب، والتفكير، والكينونة، وليس بطريقة فاترة، وإنما نجد الوتيرة الصحيحة أو معدل السرعة لكل نشاط.

وعبر العالم هناك عن عدد من Glta slow الحركة التي كانت أصولها في إيطاليا عام ١٩٨٠، والتي تشجع كل المدن المأهولة بالناس أن يعيشوا على نحو منسجم أكثر ما يحيط بهم ويؤدي تناول الطعام في موسمه الصحيح، والذي ينمو في المنطقة الملاصقة، واستغلال الوقت لتناول الوجبات معا، يؤدي إلى مناقشة إبداعية وطبيعية أفضل للحياة، كما أن الوجبة التي تناولتها في منشأ هذه الحركة ، ولم تكن منتجه من مكونات محلية في موسمها بما يعني بالفرض فحسب، وإنما ـ أيضا ـ كان مذاقها رائعا ولم تستغرق ساعات لإعدادها البطيء.

عند استخدام حلزون بدلا من الرمز الدال عليه، فإن الحركة البطيئة هي ما حدة

من تلك الثورات الثقافية الهادئة التي تركز على مقاومة الأكل السريع،وتدني مستوى جودة الحياة التي تصاحبه، ولهذا فهي ترخص كذلك خلية الأمة للحياة ذات السرعة العادية، والتي يقودها التعجل للضرورة الملحة.

فحينما تتأمل ما تحتاجه؛ لتعطي أهمية أكبر لحياتك، وربما تجد الكلمات من بيان الطعام البطيء المليء بعمق النظر، ومن ثم تستبعدنا السرعة ونستسلم لنفس الفيروس الغادر، والحياة السريعة، والتي تفسد عادتنا ، وتجبرنا على تناول الأطعمة السريعة.لكي تستحق الاسم، ولا بد أن يخلص الجنس البشري نفسه من السرعة قبل أن تنحدر به إلى أنواع مهددة بخطر الانقراض.

ومن ثم تعتمد سلسلة مطاعم يابانية للسوشي على تفكير الخفاش المثالي، ولذلك فإن الطعام يقدم نفسه لك على شرائط متحركة، والتي تسمح لنا بأن ترى مباشرة ما تختاره، وإذا نظرت حولك، فسوف ترى في كل مكان أمثلة للتجديدات الناجحة ببساطة لأنها تسير في عكس التيار الرئيسي «للتفكير كالمعتاد».



**«إذن، أيا كان ما تفكر به، حوله راسا على عقب، والتفت إلى الزاوية الغير معهودة والتي لم يتصورها عقل لرؤية الخفاش».**

وفي بعض الأحيان يمكن أن ينفتح العقل بمجرد قلب الكلمات التي تستخدمها، فعلى سبيل المثال، فجميعنا يألف مجموعات التركيز والحلول الوسطية متوقعة بشكل أكبر التي تولدها، وفي أسلوب الخفاش الصحيح؛ فإن مجموعة لتصنيف الإبداعي IDEO كثيرا ما تعمل بمجموعات ؛ لكي تساعد عملائها، فعلى سبيل المثال لكي تتفحص الأفكار جمعوا فنانا، ومدربا رياضيا، واختصاصي للعناية بالقدم، واختصاصي أحذية، بما يمكن ان يصنع اختلافا كبيرا فيما نوجه إليه انتباهنا.

إن الأمر الحيوي في الأخذ برؤية الخفاش هو ألا تكون حرفيا بدرجة كبيرة فيما يخص قلب الموقف، ويعني إعادة التفكير الإبداعي انسياب الفكر، ولذا لا تقلق فإني



قلت لك أن المرات الأولى القلائل التي تحاول فيها ذلك كانت قليلا! والذي تفعله هو تجميل العقل بدون نزعته إلى التصنيف بطريقة صارمة، وسامحا لك بألا تقترب من المشكلة من وجهة نظر جديدة، وأكثر جدية وأكثر انفتاحا.

ولذلك فإن الإقرار بنظرة الخفاش في مخك ليس عملية شعورية في كثير من الأحيان؛ ولذا كان البروفسيور «مارتين سليجمان» رئيسا للجمعية السيكولوجية الأمريكية عام ١٩٩٧ فحينما كان عليه تنسيق صداق عيد الغطاس مع ابنته «نيكي» التي علقت عليه قائلة أنها توقفت عن البكاء منذ كانت في الخامسة من عمرها وأضافت، وإن كنت أستطيع التوقف عن البكاء ، فأنت بإمكانك التوقف عن التذمر.

فأدرك في الحال أنه في ما يزيد عن ١٠٠ عام من علم النفس، والقليل ـ فقط ـ هو ما قيل عن السعادة، والخير، ومن كل ما يزيد على ١٠٠ بحث في علم النفس، والتي تتركز حول القلق والإكتئاب، ويوجد بحث واحد ـ فقط ـ يبحث في الصفات البشرية الإيجابية.

الآن قد رفع الاعتماد المالي للبحث ملايين الدولارات، وطبق أفضل الأساليب التجريبية لدراسة ما أسماه «السعادة الحقيقية»، وربما يثبت أنه مفروض - وهو أن علم النفس «يعني بالمشكلات فحسب». هناك فكرة أعمق يعالجها «سليمجان وآخرون هنا» من بين الانفعالات العالمية الستة، وأربعة منها سلبية وهي الغضب، والخوف، والاشمئزاز، والحزن، وواحد ـ فقط ـ إيجابي وهو الفرح. (أما السادس، الدهشة، فهو محايد)

إن العنصر أو الحل الثاني، بمعنى عميق، وهو نمط للذاكرة، والابتكار هو حرفيا، وتذكر أن هناك طريقة أخرى، فقط إن واجهنا انتباهنا إليها، وأن سلطنا عليها الضوء.

كلمة أخيرة من الخفاش، وفي هذه الآونة يوجد تركيز كثير بدرجة كبيرة على الأشخاص «المحترفين»، وبصراحة «فأنا متعب من التعامل مع المحترفين منهكي



القوي الذين بإمكانهم عدم إمكانية تلبية طلبي، ولكني متأثر بالهواة الملهمين، والذين إن لم يعرفوا الإجابة سيجدون شخصا ما يعرفها كلمة «هاوي».

**إعادة التفكير في طقوس العائلة.**



هناك شكوى رئيسية في الحياة الأسرية، وهي غياب صفة الانتباه التي تمنحها للأشخاص الذين تقول عنهم أننا نقدرهم أكثر ما يكون، ولكن هذا القسم ليس مقصودا ـ فقط ـ لكي يجعلك تشعر بأنك مذنب – هنا بعض طرق للإنتباه، والتي سترى حياتك اليومية.

- **أهلا ووداعا:**

في وقت يذهب فيه معظمنا ويجيء كثيرا جدا، قائلين وداعا وأهلا سريعا، وربما يبدو شيئا صغيرا، ولكن استهنت بالآخرين فسوف يبدءون بمعاملتك بنفس الطريقة، فحينما نكون مشغولين، وتكون نزعتنا إلى فقد قدراتنا على التمييز وجعل الآخرين موضوعا، وإن تقبيل زوجتك على نفس القائمة بشكل لا شعوري مثل تذكر مفاتيح سيارتك، وهاتفك الجوال، فأنت ـ ببساطة ـ لا تراعي انتباهنا.

هناك سبب كئيب لعدم الاستهانة بالآخرين، هو أن هذا الوداع ربما يكون الأخر، ولكن بافتراض – كما يفعل معظمنا – أن هذا ليس هو الوضع، وتذكر كيف يمكن أن الطريقة التي تودع بها شخصا تهتم به، وتلون كل يومك بطيف خفيف من الندم.

ما هي طقوس عودتنا إلى الوطن؟ أحيانا ما يقال: إن الشيء الوحيد الذي نتعلمه من التجربة هي أننا لا نتعلم من التجربة، ولا من مكان حقيقي أكثر من عودتنا إلى حياة الوطن، ونحن نعلم من الناحية الفكرية أن نغمة الدقائق القلائل الأولى حينما نحيي محبوبينا، ويمكن أن تضع شكلا لكل الأمسية.

أو حتى عطلة نهاية الأسبوع! وإنها ليست فكرة جديدة، ولكني قادر على نسيان ذلك مرارا وتكرارا!

وإن كنت تقوم باستخدام ملكاتك التحليلية في العمل، فإن فطرتك الأولى لدى عودتك إلى منزلك هي أن تطفئ أو تتحول عن هذا المزاج، وربما «التحول إلى مشاهدة التلفاز أو الاستماع إلى الموسيقى، وإن الشخص الذي كان بالمنزل يواجه ثقب بالصنبور أو طفل شرس، وهم يريدونك أن تشهد هذا الأمر؛ ولكي يسقط بعض الأثقال التي يحملونها طول اليوم، ووقت إعادة الدخول هو أن نطلق حاجزا، ومن ثم فنحن نحتاج جميعا أن نتعلم أو نتذكر الطقوس؛ لنعبر عن هذه بشكل متناسق بقدر الإمكان، وأعرف رجلا يوقف سيارته على بعد ميل من منزله، ولكن يمارس ٢٠ دقيقة من التأمل؟ وقد لاحظت شريكة حياته كيف أسقط الكثير من احباط اليوم قبل أن يدخل من الباب، وهؤلاء الذين في العالم الحقيقي.

لا بد أن يكون الحل لا مثيل له لعلاقتك، ولكن إدراك الإيقاع المختلف للآخر هو نقطة البداية، وربما تجعلك أمثلتي تتضاءل خوفا، ولكنها سوف تعينك على إعادة التفكير في أنماطك.



**«وبالطبع، فإن الحياة أكثر إنسيابية من هذا المثال اليومي، وكثيرا ما تكون الغيابات أطول من ثماني ساعات بالنسبة لكثيرين منا، وحاول من هاتفه الشخصي الذي تهتم بأمره، وأن ترك رسالة قد تكون مختصرة، ولكنها تكون بأكملها حول المشاعر الإيجابية التي تحملها لهم».**

هل هذا سهل؟ لا، فسوف يستهويك إضافة خط جديد حول التأمين أو ضرائب السيارة، ولكن لا تفعل ذلك، وبالطبع إن لم يغادر الأطفال المنزل أو إن تم فصلك من الخدمة، وكثيرا ما أحتفظ بهذه الرسائل اللطيفة على هاتفي الجوال، وإن كنت بعيدا أستمع إليها في بداية اليوم، فالأمر ـ ببساطة ـ هو وضع اهتمامك على ما هو هام، ودفعة صغيرة تساعدك طوال اليوم.

- كسب العيش ومشاركة العيش.
- انقلب عالمنا رأسا على عقب بطريقة غير صحية، فبدلا من العمل من أجل

الحصول على لقمة العيش، ونأكل الآن من أجل أن يعطينا الأكل وقودا؛ لكي نعمل.

* جميعنا معتاد على أوقات الوجبة المجزئة التي أصبحت القاعدة في كثير جدا من الأسر، ويأخذ الأطفال البيتزا إلى غرفة التلفاز، ويصل الوالد إلى البيت في أوقات مختلفة، ويناقش الأمر كله في أكثر من غرفة وساعات متقطعة عديدة، وما هو الغرض من «كسب العيش» إن لم تكن تستطيع الاستمتاع به؟ أو في الحياة الأسرية، وتستمعون به معا؟

«ديفيد» مدرس مثابر في مدرسة، وإحدى قواعده المنزلية هي أنه يجب تناول وجبات المساء معا في أي وقت ممكن، وهذا يعني في أسرته جعله ممكنا، وربما تضطر إلى العمل في هذا من خلال منع مشاهدة التليفزيون أو لعب البلاي ستيشن خلال هذا الوقت، ويتم تشجيع إقامة حوار اليوم، فحينما تكون العشاء مع أسرته فسوف تستمع بمعدل أوسع من الموضوعات التي من المرجح أن تراها في «الفترة الإفتتاحية» في التليفزيون. وبالنسبة لأسرته فهي فرصة للمناقشة وللضحك، وفوق كل هذا لإعادة الترابط.

ويعد مفخرة له، وأنه يشارك في واجبات إعداد الطعام مع زوجته «ألبون» وبالطبع يساعدها الأطفال، وإن كان كل ذلك يبدو كرتونيا إلى حد كبير، فإنه ليس كذلك، وإن الأعمال اليومية المعتادة إضطرابات، وانشغالات هناك ولكن هناك قاعدة أسرية واحدة يتم التمسك بها بغاية الدقة، ولا مكالمات هاتفية (أو عبث الأطفال بهواتفهم النقالة) مسموحة.

ومن ثم لا تفهم أن «ديفيد» رجل متشدد من العصر الفيكتوري ، ومن المرجح أن ينهي أمسيته تماما في كافتيريا محلية مع أشخاص بعد تصحيح الواجبات المدرسية، ولكن وقت تناول الوجبة فهو وقت مقدس لا يمكن انتهاكه، وبعد مقاومة مسلحة بدائية من اثنين من أطفاله، وبعض من حرب العصابات المتواصلة (ألا يمكنني أن

ألعب بصور العقدة المنزلقة الآن؟)، فقد أقروا بهذه الطقوس بأنه القاعدة.



**«لماذا لا تجعله طقسا أسبوعيا (فنبدأ بما هو واقعي) أن يكون هناك وجبة أسرية ملائمة تتناولها الأسرة مع بعضها البعض بحيث تكون أنت حاضرا بشكل كامل».**

وركزت كثيرا جدا على الطقوس اليومية لطريقة لإثراء واعطاء شكلا للحياة المتقطعة، والتي بلا شكل والتي يحياها الكثيرون منا، ويحتاج هذا إلى كتاب أخر؛ لكي نصف الطقوس بأكبر اخاقات في حياتنا إلى حد بعيد: واحتفال إنجاز الشوية أو الرجولة، والنجاحات العظيمة، والاخفاقات، والفجائع، وهكذا، ولكن عند تركيز اهتمامنا على الصغير، والسخافات التي تبدو أنها دون إرادتنا الفكرية، فنحن نبدأ في إيقاع بشكل أكبر في حياتنا، وعلى وجه الخصوص، فهذا ضروري في المجموعات الأسرية المتكاملة والتي لم تكن تقليدية، ولكنها امتزجت بنتاج العلاقات السابقة.

- **صحف الأسرة:**

أسرتي متقطعة في إيجاد صحيفة للعطلات أو للرحلات التي شرعنا فيها، ولكنها طريقة رائعة للاستحواذ على خبرات مشتركة، وإن الصحف التي تناولها التي تبدأ بحماسة، ونادرا ما تنتهي، ولكنها جديرة بالتذكر، ورغم ذلك - هي سجلات أكثر فاعلية من مجموعات الصور عديمة العقل والتي تعتبر تذكرة سلبية وقد أحدثت طفلتنا ذات السنوات السبع تسجيلا يوميا إبداعيا للغاية لرحلة حديثة إلى الهند مزيجا من وصف أماكن وأشخاص في رسوم إجمالية، وكلمات، وبطاقات بريدية، والصور الغريبة،وقد طور هذا من قدرتها على التذوق والتأمل، وأن تكون قادرة على أن تشارك أصدقائها في مغامراتها.

ولدينا أصدقاء أمريكيون يقومون بذلك بمستوى لا تستطيع جماعتنا غير المنظمة أن تضاهيه أبدا، فلكل تذكرة قطار، وإيصال وبطاقة عمل للأشخاص الذين قابلوهم ملصقة بشكل متقن بحسب ترتيب زمني دقيق في كتاب ذي غلاف من الجلد، ولست

مضطرا أن تكون شديد الدقة في هذا الأمر؛ لكي يصبح طقسا عائليا مجديا.

فقط تناول صحيفة مع أي مذكرة قديمة تصادفت بأنها تخصك، ولكن افعل ذلك، ويحب الأطفال المشاركة في هذا الأمر. وهو ـ أيضا ـ ما سيساعدك أن تفهم بشكل أكبر استجاباتهم الداخلية للتحفيز الزائد الذي كثير من الآباء يعرضون أبنائهم له.

*** تركيز انتباهك على أسرتك الأكبر:**

هناك إعادة تفكير أعمق لا بد من أخذها بعين الاعتبار «من هم أسرتي؟» سأل شخص ما صديق صحفي يعرفه جيدا؛ لكي يقرضه، فكان رد فعل الصحفي الأول هو أن لو كان هذا الشخص أخاه، لكي يقرضه المال، وبعد ذلك بأيام قليلة كان يحتسي قهوته الصباحية حينما استوقفه فجأة، كما أنه طور وجهة نظر ضيقة للغاية عن أسرة الكثيرين سنعرف أصدقاءنا فترة أطول من شركاء حياتنا الذين نحن متزوجون منهم الآن، ورغم أنها تحيا حياة زوجية سعيدة حينما استوقفه فجأة ،أنه قد طور وجهة نظر ضيقة للغاية عن أسرة الكثيرين، وسنعرف أصدقاءنا فترة أطول من شركاء حياتنا الذين نحن متزوجون منهم الآن، ورغم أنها تحيا حياة زوجية سعيدة، إلا أن أصدقاءه هم أسرته كذلك - مجتمع أوسع نلتصق به تقريبا بقدر ما نلتصق بأقاربنا قرابة الدم، وبالفعل أقرضه المال، ومن ثم حذر الحكيم الهندي «يوجاناندا» من تضييق الحدود التي تأتي عن التفكير بالأسرة على أساس «نحن أربعة»، وليس أكثر «ومثل إعادة التفكير حول الأسرة النووية، هناك تعبير هندي قديم يقول: «**العالم هو أسرتي**».

فحينما تزوجت للمرة الثانية لم يكن لدينا أي اتفاقات سابقة للعرس حول الأشياء المادية، ولكننا عقدنا اتفاقا متعمدا بأن حياتنا الأسرية ستكون دوما شاملة للآخرين، والآن كثيرا ما أكون أنا الشخص الإنجليزي الرمز الوحيد في الأسرة، ونحن لا نوفق كثيرا بين حياتنا،و بين هذا الغرض السامي لعامة العالم مثل أسرتنا، ولكن النية كان لها تأثير قوي على حياتنا معا، وأسهمت في تنوع الناس تنوعا ثريا من

المحتمل أن أجده في بيتي حينما أعود إليه.

**وقت لإعادة التفكير في من هم في أسرتك ..**

**• إعادة التفكير (١٢): ليس هناك هدية مثل الوقت.**

يبدو أن كونك غنيا ماديا وفقيرا من ناحية العقل مشكلة حديثة بصورة خاصة وأن كيفية تمضيتنا للوقت تخبرنا الكثير حول الأشياء التي نقدرها، وحينما نذكر أن الوقت هو واحد من الذرات العظيمة التي ندركها، فكيف يمكننا أن نعيد التفكير في مواقفنا تجاه كيفية استخدامه، والتأكد من أن الشيء الهام هو ما يحوز اهتماما أكبر.

لقد كان هذا الموضوع متعارف عليه منذ عشرين عاما حينما ظهر ممثلون للمتعطشين إلى الوقت في اجتماع حول إدارة الوقت، ويستمسكون بالمنظمين أو بكتب مقدسة سوداء، فاليوم إنه Black Berries، ولكن تبدو فكرة إدارة الوقت أنها محيرة كما كانت دوما.

ومع وجود هذه البرامج من الضروري اقتطاع وقت لذاتك . بالنسبة لي في فترات التأمل اليومية، فإن هذا يعني العمل بالنصيحة في مرحلة واحدة فيما بعد؛ حيث إن فترات سكوني خلال النهار هي الطريق للاتصال بذاتي - ولكن الذات تكتب ويكون أول حروفها حرف كبير.

والخطوة الأولى هي فهم قيمة الوقت، ومن الجدير بالاهتمام كيف أنه يتم استخدام لغة المال كثيرا حينما نتحدث عن الوقت، ونحن نتحدث حول الحفاظ على الوقت وقضاء الوقت، ولكن الشيء الوحيد الذي لا تستطيع القيام به هو ادخاره.



**يمكن أن يكون هذا إعادة تفكير مفيدا في مجال اهتمامك: فما هي الأفكار في الخمس سنوات الماضية، والتي يمكن إعادة زيادتها وإعادة إطلاقها بشكل مفيد؟.**

دعونا نقوم بذات الشيء مع إدارة الوقت.

*** هام ولكنه ليس ملحا :**

هذه هي محاضرة الدقيقة الواحدة حول إدارة الوقت، فمنذ سنوات عديدة ماضية، وصف الكاتب «إدوين بلس» أصنافا لاستخدام الوقت،والتي مازالت مناسبة حتى يومنا هذا، فنحن نمضي وقتا في نشاطات وهي:

- هامة وملحة
- ملحة، وليست هامة.

وأخيرا

- هامة، وليست ملحة

من الطبيعي أننا نأمل أن نركز انتباهنا على الأشياء الهامة والملحة، ولكننا نجد أن وقتنا يسرقه ما نتصور أنه ملح، ولكنه ليس هاما، وكم من المرات في نهاية يوم أو أسبوع مليء بالعمل فكرت أين يذهب وقتي؟ ولماذا لم أنصرف إلى ما هو أكثر أهمية بحق؟.. القليل جدا من الناس يجلسون في نهاية الأسبوع، ويعلنون ما فعلوه» ومن ثم يميل انتباهنا لأن يشبعنا ضربا من أجل ما لم نقم بفعله.



**هناك إعادة تفكير هامة وهي تطوير مناخ للاحتفال وللاستمتاع بما قمت بعمله.**

كثيرا ما نحتاج لشخص آخر يقوم بدور المحفز من أجل القيام بذلك، وشريك الحياه أو صديق أفضل من يؤدي هذا الدور ؛ لكي يجلس ويجعلك تهنيء نفسك على ما أنجزته، وإلا فستكون في دائرة عقاب النفس ولن تستمتع أبدا بثمار عملك، ويكمن الخطر الصحي في أنك ستود الضغط على زر بداخلك؛ لكي يخبرك أنك حاولت بشكل أقوى، وفي الأسبوع التالي سوف تستيقظ ساعة مبكرا، وتتصبب عرقا، وعندئذ سيتم حل المشكلة، وقد وضعت البار في مستوى عال بما يفوق الاستطاعة ضامنا أنك ستشعر دوما بنقص في الأداء وفي قيمة الذات.

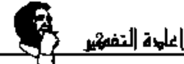
إن التحول الذي يجعلنا نشعر بأننا نقضي وقتا بشكل ذا قيمة أكبر يعني إتاحة فراغ للصنف الأخير من استخدام الوقت، فتلك الأشياء الهامة، ولكنها ليست ملحة، وهناك فجوة بين ما تقول: إننا نقدر قيمته وبين كيفية استفادتنا من الوقت، وكثيرا ما كنت أسأل مجموعة سواء ما إذا كانت تمضيه الوقت مع الأصدقاء الحميمين شيء هام أم لا، وكما جرت عليه العادة كان يجيبون: نعم، وعندئذ أسألهم كم يكون الوقت الذي أمضوه قريبا مع أصدقائهم معا؟ وكم عدد الأشخاص الذين يهتمون بهم ويدينون لهم بمكالمة هاتفية؟ أو رسالة عبر البريد الإلكتروني أو خطاب؟ فرفعوا جميعهم تقريبا أيديهم المستشعرة بالذنب.

ولقد غرقت في كثير من الضرورة الملحة ،والتي سرقت تلك الهبة لما هو هام، فجميعنا نتعرض لخطر الانجذاب إلي هوس السرعة (والذي تطور الآن إلي إندفاع) في مقابل خسارة قيمة الحياة.

وأنواع الأشياء التي أخبرني عنها الناس أنهم بحاجة أن يعطوا لها مزيدا من الوقت في حياتهم هي :-

- العلاقات مع شريك الحياة، الأصدقاء، الأسرة.
- خلق المستقبل أكثر من محاكاة نتائج الماضي.
- تعلم مهارات جديدة.
- مواصلة هواية شخصية.
- تأليف كتاب كان دوما يريد تأليفه.

وبالطبع فإن هناك دائماً شيء أكثر إلحاحا من شيء، وأتذكر فيلم كرتون مثير للذكريات بدرجة كبيرة، وهو يصف شخصا يمر خلال مراحل الحياة - ابتداء من المدرسة، وزواجه، وأولاده، وأطفال له، وتقدمه في العمر، وفي نهاية الأمر حمله في تابوت، وعند كل مرحلة يقولون: «لست جاهزا لهذا» فمن المستحيل أن تحيا حياتك بهذه الطريقة.





**«إن الخدعة هي أن تحول ما هو هام . حقا . إلى شيء صالح»**

إن الذات الشخصية، مثل الاتصال بأصدقاء قدماء، وتعلم مهارات جديدة، وخلق المستقبل أحرى من كونك أسيرا للماضي، فجميعها موضوعات نافعة لذلك وكذلك، وحينما تكون مسيرا بإلحاح بأنك تحتاج لإدراج كم معين من الوقت اليومي من أجل المتعة، فحينما تكون مضغوطا بحق فقد حان الوقت لتخطيط بعض الغبطة، والاستمتاع والإثارة في جدولك.

**• ما الذي يكون في النهار؟**

مما يثير الاهتمام، أن هناك صديقين قد تعرضا لأزمات قلبية هما من يفهمان بشكل أكبر ما الذي يجب أن نفعله في النهار؟ فهما يسلمان جدلاً بأمور قليلة، وقد تعلمان بالفعل الاستمتاع بكل لحظة صغيرة، وربما يكون أحد شعاراتهم سطرا من أغنية، وأصلا إلي الأخبار التي احتاجها من تقرير المناخ .

**«الحياة على أكمل وجه»**

فقط حينما نعرف ونفهم بشكل صحيح أن لدينا وقتا محدودا على هذه الأرض – وأن ليس لدينا من طريق لنعرف متى ينتهي وقتنا – سنبدأ حينها نعيش كل يوم بكل ما فيه، كما لو كان هو اليوم الوحيد الذي تبقى لنا.

«اليزابث كوبلر روز»

إن كيفية بدايتك لليوم هي كثيرا ما تحدد الإيقاع الذي ستتبعه خلال ما تبقى من اليوم ، ومن ثم تصور بداية صحيحة ليومك، فربما تتضمن تمرينا، تمشية، تأمل واعزف على آله موسيقية أو قضاء وقت في الحديقة، فكم مرة حققت هذا؟ **«البداية الجيدة هي نصف العمل»**، جملة إنجليزية قديمة، وتنطبق على اليوم الأكثر من أي شيء أخر.

فحينما تكون قادرا، حاول ألا تجعل المنبه هو أول صورة تراها في اليوم،ولذلك

جذبتني الممثلة والكاتبة «شيرلي مالكين» بشدة والتي تصف كيفية عدم استقبالها مكالمات هاتفية قبل وقت معين من اليوم، ومفضلة أن تقضي نصف ساعة في حمام بديع، وحينئذ تهتم بأول محادثة بعد قيامها بذلك ،وربما تعتقد أن هذا يبدو مبالغا فيه ومناسبا لنجمة سينمائية، ولكني أرى أنه يمكن عمله، ورغم أنه ربما يحتاج إلي مناقشة ومشاركة مع الآخرين الذين يعيشون معك.



**«ركز انتباهك على خلق هذه البداية الصحيحة على الأقل مرة واحدة في هذا الأسبوع وشاهد كيف ستؤثر على طبيعة يومك».**

دعونا ننتهي بوجة نظر روحانية عن ما الذي يجب أن يكون في اليوم من الشاعر الإيراني «رومي»:

«الأيام هي غرابيل لتنقية الروح، ولإزالة الشوائب، وأيضا لتوضيح نور هؤلاء الذين يلقون بضيائهم في الكون».

* * *




# الإبداع المشترك



**إن تجمعا صحيحا للعقل قد ابتكر بعضا من أفضل إعادات تفكيرنا، وهذا هو الإبداع المشترك.**

**فهل كان «جون لينون» و«بول ماكارتني» ناجحين مثلما هما كأفراد؟ لن نعرف ذلك أبدا، ولكن يبدو واضحا أن اتحاد مواهب «ماكارتني» التلحينية الطبيعية مع توقد «لينون» الحاد قد تمت ترجمته إلى موسيقى جديرة بالتذكر على نحو فريد.**

ومن ثم هل ابتكر «كريك» الذي اكتشف بالاشتراك مع مجموعة اللولب المزدوج للحمض النووي DNA .. أو هل يمكننا أن نتصور «جلبرت» من دون «سليفان»، و«رودجرز» من دون «هامرستين»؟

---

**• الكفاح الإبداعي:**

يتذكر «ريتشارد رودجرز» هنا عمله مع الشاعر الغنائي «لاري هارت»: «حينما أثير الموضوع الراسخ لاحجامه عن التغيير ضد قوة حمله التي لا تقاوم من أجل اكتمال الضوضاء التي يمكن سماعها في المدينة كلها، وإن حروبنا على الكلمات كانت محتدة وكفرية ومتكررة، ولكن في اللحظات الأكثر احترارا كنا نعلم أننا نناقش بشكل نظري وليس شخصيا»

«نيشيل سكراج»، بلا فرق بعد

كتاب العملة، 1995, Double day

---

أظهرت كل هذه العلاقات درجة قوية من المشاحنة الإبداعية، والتي قد تصل في بعض الأحيان إلى مباغضة، ويبدو أن المادة الصمغية التي ألزمت هؤلاء الأفراد بالإبداع معا مصنوعة من مكونين:

- مستوى أساسي من الثقة أو الاحترام (وهو ليس مثل حب الآخر).
- القدرة على إحداث شيء ما معا، ولا يمكن تحقيقه عن طريق فرد واحد.

**مسألة الثقة:**

إن العمل مع شخص آخر بشكل فاعل يحتاج إلى الثقة، وكثيرا ما يعتمد الوثوق على الحب، ولكن ليس بالضرورة، وهناك القليل من الأشخاص ممن أثق في بعضهم، ولكن يمكن أن أبتكر معهم، ولكن هم ليسوا دائما من أحبهم إلى أبعد الحدود، فهناك قرار حرج بالنسبة للكثير من الأشخاص الذين يفكرون في بداية مغامرة أو مشروع مع شخص آخر، وهو ما إذا كانوا يأمنون هذا الشخص أم لا. فعلى سبيل المثال: إن كان هناك شخصان يبدعان شيئا معا ولديهما رفيقات ـ شريكات من النساء؛ فإن نصيحتي بسيطة - ومن ثم اسأل النساء! ولاحظت الكثير من شريكات العمل المهتزة نوعا ما، وفي كل حالة تقريبا تكون المرأة هي من لديها تصورا أوضح حول إمكانية الوثوق بالآخر من عدمها، وفي أي شيء، وكثيرا جدًا ما ينكر الرجال ذلك - إنه المساعد الخاص بي - بينما ترى المرأة عدم التوازنات ومصادر القوة النسبية في الاثنين بموضوعية أكثر.

وحينما أفكر في القيام بعمل إبداعي مع شخص ما جديد دائما ما أتخذ زميلة يمكنها أن تقيم الآخر بالموضوعية الهادئة التي أقدرها حق قدرها، والمرات الوحيدة التي يحدث فيها أخطاء هي تلك المرات التي لا أستطيع فيها عمل ذلك، أو أتجاهل النصيحة.

وبالطبع، فإن الثقة مكتسبة أحرى من كونها مصطنعة (أو مصطنعة وتعرض نفسك للمخاطرة)، وهناك نصيحة عملية وهي أن تعد الآخر مهمة صغيرة ما - مهمة



بها قدر بسيط من المجازفة - لكي ترى كيف يحلها، وما هو شعورك حول علاقة العمل، وأنت لا تريد أن تعيد رهن بيتك المعتمد على الأمل بأن كل شيء سيثبت أنه صحيح في النهاية.

**هناك معادلة بسيطة توضح كيفية اكتساب الثقة:**

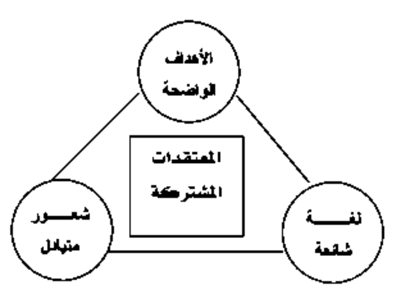
$$\text{الثقة} = \frac{\text{الألفة} \times \text{المصداقية}}{\text{المخاطرة}}$$

وهذا يأتي من لعبة جماعية - أحمر / أزرق - والتي تختبر الثقة بين الفريقين، ولكن يمكننا أن نطبقها على الفور تماما على الشخصين اللذين يحاولان الابتكار معا، وتعني الألفة أن تكون حانقا من شخص أخر، وأنكما تلعبان معا وكذلك تعملان معا، ويمكنكما مناقشة مشاكلكما، ومعتقداتكما، وأمالكما. وتتأسس المصداقية عن طريق كيفية عملك لبلوغ فكرة، وكيفية تكميل أساليبك بعضها البعض، وكيفية دعمك للمشروع، وتنشأ مصداقيتك من الشيء الذي تقوم به، وليس ما تفعله.

وبالنهاية، كلما كانت المخاطرة أكبر كان هاما أن لديك المكونين مثبتين، وإن لم يكن هناك مخاطرة بشكل كبير، وعلى سبيل المثال: تنظيم مباراة في التنس؛ فلا أحتاج لنفس الدرجة من الألفة معك كما لو كنا نبدأ مغامرة جديدة معا، وعليك أن تخمن تلك المكونات بديهيا، وكذلك عقلانيا.

**• مكونات الإبداع المشترك الناجح:**

هناك أربعة عناصر جوهرية للإبداع المشترك مع الآخرين على نحو ناجح، وهذا ينطبق على الفرق تماما كما يطبق على الزوجين.




اللب هو المعتقدات المشتركة، لا أعني المعتقدات بعينها -ومن المرجح أن ينتج هذا ومضة إبداعية - لكنها تعني: أنك اكتشفت ما هو الغرض من طبيعتك الإبداعية، وما تأمل أن تحققه من خلالها، وما هي التحديات التي تريد أن تطبقها عليها، كما أن الطريقة التي توافق بها على ذلك متنوعة مثلها مثل الصفات التي تشتمل عليها، ولكن المجاهرة بها ومناقشتها أمر لازم.

الأهداف الواضحة هي مكون ضروري، والشيء الأقل أنها ستغير، وربما أسبوعيا والعلاقة التي لم تداوم على مناقشة هذا ستكون بأن كلمة "يفترض" تحدث بشكل أكثر في المحادثة، ولو افترضت أننا كنا نحاول، وانخرطت في مجموعات برنامج تبدأ بإظهار هذه النزعة، والحل الوحيد هو أن تقف يوما بعد يوم وتتفحصها حتى تصل إلى اتجاه جديد مقبول، ستوافقون عليه جميعا بصورة مجملة.

فليس من قبيل الغرابة أن كثيرا من الشركات الإبداعية تفشل؛ لأن كلا الحزبين يقابلهما العديد من العقبات يوما بعد يوم، ويعملان لمجموعة مختلفة من الافتراضات، ويكون هذا أقل إثارة للدهشة في التنظيمات الكبرى، والتي يمكن أن نصفها بأنها مجموعة من أكثر من أربع أشخاص! حيث يكون لديك سعادة مشكوك فيها بأنك



قادر على لوم الآخرين، ومع مجموعة صغيرة يمكن الإشارة إليك فعلاً.

كما أن الشعور المتبادل حاسم، وهذا يشمل الثقة التي قد اختبرتها بالقدر الكافي حتى الآن مما يبعث على القلق؛ لكي تعرف أنه اقتراح مساعد على العمل.



**من المفيد من وقت لآخر ان تخبر الآخرين كم تقدر قيمة الشيء الذي قاموا به، ولقد وجدت طريقتك الخاصة للقيام بهذا، وبعد فترة وجيزة سيكون غير شفهيا، وكان شيئا سيتضح من خلال إحساسك في الطريقة التي تتحدث بها إلى الأخرين حول شريكك المبدع، وإن كان لديك إحساس حقيقي، فيجب ان يمتد هذا إلى الا يضعهم خلف ظهورهم أو لا بأس، فربما يكون التذمر مسموحا به، ولكنه لا يجب ان يكون اي شيء لا تستطيع ان تقوله أمامهم.**

وبالنهاية، فإن اللغة الشائعة ضرورية إلى درجة سيتم توجيهها عن طريق المجال الذي تعمل به، سواء أكان الفنون، أو الرياضيات، أو التجارة، ولكني أعني شيئا أكثر تفردا وألفة، مثل: النكت، والمرجعيات المشتركة، فهي نوع من الاختزال الذي يتطور، فحتى السخرية من الخلائق ـ معا ـ يمكن أن تكون شكلا للتلاحم الذي يعزز هويتكما كزوجين لهما هدف واحد، كما أن مبدعي فرقة الجاز «روك»، و«ستيلي دان»، و«والتر بيكر»، و«دونالد فاجين» كانوا يدفعون مستحقاتهم الموسيقية في سنواتهم الأولى كموسيقيين مساعدين لـ gay والأمريكيين، وفي بعض الليالي كانوا يعزفون أغنية بلحن مختلف؛ ليروا ما إذا كانت الفرقة ستلاحظ - ولم تكن تلاحظ ـ وكانت هذه هي طريقة للتأكيد على هويتهم المشتركة باعتبارهم زوجين مبدعين من خلال لغة الدعابة المشتركة.

أتذكر قص شعري في مدينة لندن حينما دخل صديق حميم أعمل معه بصورة إبداعية، جعلنا نتناقل أطراف الحديث، وأخيرا لاحظت مصففة الشعر أنها لم تفهم

كلمة واحدة مما قلناه، وأننا نتحدث بشفرة غريبة، وكان هذا إلهاما لنا - سنوات من العمل معا عن قرب تعني: أننا قادرون على استخدام اختزال العديد من الموضوعات، والأشخاص وحتى طرق التفكير المعتمدة على الخبرات والنجاحات والكوارث والنكت المشتركة ـ وحافظ على هذه اللغة الشخصية التي تظهرها أنها يمكن أن تكون طريقا مختصرا للحلول المبتكرة.

**• مسألة الأسلوب:**

ليس كل البشر مبدعين أو يحلون المشكلات بنفس الطريقة، فعلى سبيل المثال: ربما تطلب أنت قدرا كبيرا من المعلومات، وتحتاج أهدافا واضحة جدًا، وتفكر بطريقة مركزة، ومنقبا بعمق في المشكلة، وربما يفضل شريكك الصورة الكبيرة فلا يصبر على التفاصيل، وينتقل بسرعة من مهمة لأخرى بمعدل مفزع .

هناك محاولات عديدة لوصف وتصنيف الأساليب المختلفة من التفكير،ومن ثم لقد صنف الفيلسوف «إسياه برلين» المفكرين إلى ثعالب وقنافذ، فـ«الثعلب» لديه النزعة إلى أن يفكر في العديد من الأشياء بينما «القنفذ» يفكر بعمق في الشيء الواحد، ومن الشائع بصورة أكبر أننا نميل إلى تحديد أسلوب الآخرين بأنه إما يشبهني أو لا يشبهني، ورغم النظرية بأننا نحتاج الأساليب المختلفة، ولكنها متكاملة لإضاءة قصة إبداعية، وعمليا قد تبدو أفكاري الكبيرة مبهمة وغير واضحة، وبينما يبدو انتباهك إلى التفاصيل حذرا وقاصرا، وهذه الفجوة في الإدراك ربما تعوق إضاءة تلك الومضة، ولحسن الحظ هناك سبيل مفيد وعميق لفهم تفضيلات أسلوبنا وأسلوب الآخرين. إن نظرية التلاؤم - التجديد (A-I) - تعتمد على بحث متشدد وممتد للأكاديمي البريطاني «دكتور / ميشال كرتون» تفترض نظرية (A-I) لـ«كرتون» أننا جميعا لدينا المقدرة على الإبداع، ولكننا نعبر عن ذلك بطرق مختلفة، وهذا ما يعنيه بأسلوب: كيف نستخدم مكاننا لحل المشكلات باعتبارها معارضة لكم الإبداع الذي نملكه؟.

ومن ثم يمكن أن نتأمل أسلوب كل فرد على سلسلة متصلة من التفضيل التكيفي بدرجة كبيرة لجعل الأشياء الموجودة أفضل، وإلى التفضيل التجديدي إلى حد

كبير؛ لتناول المشكلات بشكل مختلف، فهناك بيان مفصل دقيق للغاية للقياس السيكولوجي، والذي يستحوذ على تفضيلات أسلوبنا KAI، ويحتاج البيان المفصل أن يديره شخص ما مدرب تماما على استخدامه، وتقدير قيمته (التفاصيل في وسائل إعادة التفكير في الملحق).

ورغم ذلك هناك توصيفات بسيطة لميول الأسلوب من التكيفي بدرجة كبيرة إلى الإبداع بدرجة كبيرة، ورغم أن لدينا تفضيلات محددة، فسوف يكاد يكون لدينا بالتأكيد عناصر المعدل والمبدع بداخلنا.

يميل الأسلوب التكيفي المبالغ فيه إلى حل المشكلات بهذه الطرق:

* الدقة، المصداقية، الفاعلية، التعقل، الإتقان، الاقتداء.
* إعادة حل المشاكل أكثر من إيجادها.
* البحث عن حلول للمشكلات بطرق مجربة ومفهومة.
* الاعتراض على القواعد بشكل حذر، حينما يؤمنه دعم قوي.
* تقليل المشكلات من خلال التحسين وفاعلية أكبر مع الحد الأقصى من الاستمرارية والثبات.

وهذا الأسلوب ضروري لعمل أي مؤسسة، ولكن ـ أحيانًا ـ يحتاج المعدلون أن يكونوا «ملجأ» لأسلوبهم.

وعند الطرف الآخر من المقياس يوجد الأسلوب المبدع:

* يعتبر غير منتظم، فهو تفكير بصورة عرضية، والدنو من المهام من زوايا غير متوقعة.
* يكتشفون مشكلات جديدة وطرقا لحلها.
* يحفزون على المجموعات الثابتة، والافتراضات المعارضة، ويستهينون بالآراء اللاإرادية.

• كثيرا ما يتحدون القواعد، ولديهم قدر قليل من الاحترام للعادات القديمة.

هم نموذجيون في الأزمات غير المتوقعة، أو أفضل في المساعدة على تجنبها، وإن كان يمكن ضبطها.

**• هل أسلوبنا ثابت ؟**

ربما يكون من الصعوبة الإقرار بأن لدينا تفضيل لأسلوب ثابت،والذي لا يتغير كثيرا من فترة المراهقة وحتى الشيخوخة، ويؤيد اجتهاد الاعتماد على النفس، أن كل فرد يمكنه إنجاز أي شيء، وحتما نستطيع أن نتخذ قبعة تكيفية حينما يقابلنا حل يبدو أنه يتطلب طريقة أكثر تفصيلاً، وحينئذ نرتدي قبعتنا التجديدية حينما نبحث عن حل جديد بصدق؟.

ولكن تماما مثلما يكون لدينا تفضيل لاختيار يد أو عين أو أذن واحدة، فمن الطبيعي أن الخبرة والتدريب والصفات المورثة قد عودتنا على منهج لحل المشكلة، ولكي يكون ما يتغير قليلا، فعلينا أن نطور إدراكنا الذاتي ونجعله أكثر نضجا، ليكون سلوكنا المضطلع عنده القدرة على التصرف، وعلى الأقل لفترات قصيرة من الوقت، وفي اقترابنا من أسلوب مختلف.

إن إحدى الفوائد الرئيسية لفهم أسلوبنا هو أن نفتح بقدر كاف؛ لنرى أين يمكن أن تكمل الطريقة المختلفة تماما لشخص آخر مع طريقتنا.

وبالطبيعة؛ فإن النظرية معقدة؛ لأن هذه تمد نهايات متطرفة للسلسلة المتواصلة؛ ولذا فلا تضع نفسك في قالب واحد أو في آخر؛ لأن القيمة الحقيقية لنظرية الإبداع مع الآخرين هي معرفة ما إذا كنت أكثر تكيفيا أو تجديديا من الآخر، أم أقل منه، فإن أنا أكثر تكيفيا منك ولو بالقليل، وربما أتصور أنك تخاطر مخاطرات غير ضرورية ولا تفكر بالأشياء، أما إذا انعكس الموقف، فمن المرجح أن أراك حذرا من غير داع، وأبطئ وتحتاج إلى بنية أكثر مما أحتاج أنا.

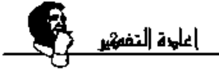


**«هناك طريقة للاختبار وهي التفكير في شخص ما تعرفه جيدا، فقد يكون زميل في العمل أو شريك لك، وهل هم اكثر تكيفيا منك أم اقل؟ فكر في مهام محددة تقومون بها سويا، ومثل تنظيم يوم اجازة للأسرة، وهل احدكم لديه فكرة كبيرة، ومن ثم دعونا نذهب إلى اسبانيا بينما استغرق الأخرون شهرين يقومون بتنظيمات مفصلة؟ وهذا ليس مضمونا، ولكن يجب ان تكون قادرا على التخمين اكثر من ذلك، واي منكم تجديدي بشكل اكبر، وايكم تكيفي بشكل اكبر؟ فأحيانا قد تحمي الأدوار المتبادلة الزواج!».**

يثبت بحث «كرتون» أننا نظهر تفضيلاً ثابتا مبكرا في حياتنا، ورغم أننا قد نعمل لفترات وجيزة بما نعتقد أنه أسلوب آخ (والذي يوصف بكونه سلوكا مضطلعا) حتى الصورة الكبيرة سيضطر التجديدي أن ينزلها لمستوى ما من التفضيل؛ لكي يصل إلى فكرة.

إن المفاهيم الضمنية في نظرية KAI بالغة الأثر في مجال التعليم من الواضح أنه إن كان التعلم موصي عليه بطريقة لا تتناسب تماما مع أسلوبك المفضل، فجميعهم يفضلون الأسلوب التجديدي للتعلم، وهذا هو سبب أن كثيرا منهم يتشاجرون مع السلطة، ويقاومون ما يتصورن أنها أنماط ضيقة ومركبة بطريقة مبالغ فيها في التعليم المدرسي، وتوضح النظرية كذلك لماذا يميل هؤلاء من ذوي الأسلوب التكيفي نسبيا إلى النفور من الأساليب الغير مركبة في تولد الفكرة، وهم ليسوا معجبين بما يسمى من غير دقة فكرة بارعة مفاجئة.

أود بالتأكيد أن أعرف كل شيء عن أسلوبين، فحينما كنت صغيرا في السن، وكتجديدي فمن الواضح في الإدراك المؤخر أن بعضا من قراراتي المهنية التي اتخذتها، قد تم اعطائها شكلا أفضل بهذه المعلومات، وإن أكثر الاستخدامات العملية التي



استفدت بها من هذه المعرفة هي التعامل مع العملاء التكيفين والتجديدين نسبيا بالطرق الملائمة، فعلى سبيل المثال: إن كانوا تجديديين بدرجة كبيرة، فمن المحتمل أن أحصل - فقط - على أكثر البيانات الموجزة - مختصرة - قبل مضيهم في الوظيفة، وربما أحتاج أن أكافئ من خلال تركيزي الشديد على المنطق الرمزي والأشياء العملية بنفسي، وفي المقابل إن كانوا تكيفيين بدرجة كبيرة، سأحاول إحداث مستوى من التفصيل والتركيب في اقتراحاتي والتي تجعلني بصراحة أتثاءب بعد دقائق قليلة، ولدي ملف يسمى «التكيفي» ويحتوي على التواريخ المفصلة لمشاريعي السابقة.



**إن بلوغ الأسلوب المختلف للشخص الآخر، والتآلف معه هو أهم إعادة تفكير يمكنك القيام بها حينما يكون هناك ابتكار مشترك».**

**• تجديد إعادة التفكير:**

يتمثل أحد أوجه الفهم الثاقب في استخراج المعنى الحقيقي لكلمة تجديد، والتي عادة ما يختلط معناها أو يتم استخدامها بشكل قابل للمبادلة مع مصطلح الإبداع، والتجديد يعني حرفيا: الحداثة، فكثير من الإبداع الذي نراه من حولنا هو نتيجة للملائمة وللتحوير الإبداعي، وإن آلة الاحتراق الداخلي كانت بلا شك تجديدا عظيما، ومما يقبل المناقشة أن ما رأيناه هو قرن من التحسينات أو التحويرات.

ولهذا فحينما يطلب القادة من شعوبهم أن يكونوا أكثر تجديدا، وهي في الوقت الحاضر كلمة مثيرة على التواصل، فهم بحاجة إلى أن يفكروا باعتناء أكثر حول ما يطلبونه، ومما يستحق الذكر أن التجديدات تميل في البداية لأن تكون أقل فاعلية من الأساليب الموجودة؛ فالسفن الأولى المزودة بطاقة البخار كانت أقل قوة من السفن المبحرة التي كانت تنافسها، والسيارات الآلية الأولى كانت وسيلة أبطأ للسفر من الحافلات أو الخيول، ومن ثم وضع في نظام كمبيوتر حديث أو في مصطلح مختص ما قد لا تستطيع حتى أن تجعله الأساسيات، وأنت تأمل مع كل التجديدات، وأن يكون هناك خطوة للتغيير في الأداء بمجرد أن تفرغ من التشوش المبدئي.



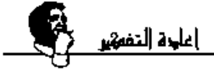
والتكنولوجيا هي مجال واحد نتج من التحوير الكثير والتجديد الأقل، وربما نتحدث عن ثورة الطرف، ولكن البلاء الأسرع في التفشي في القرن هو ثورة الكمبيوتر، وإن لم تفكر مطلقا في الالتقاء بجهاز الحاسب الآلي المحمول الخاص بك من النافذة، فأنت إما على دراية تكنولوجية بشكل كبير جدا، أو أنك مكبوتا إلى حد بعيد.

تريد الأغلبية منا في التكنولوجيا أن تعمل بصورة موثوق بها، مثل: التليفون الأرضي أو التلفاز، وسيكون هناك سوق ضخم في المستقبل للهواتف المحمولة، و PCs،وفي الوقت الحالي، إن الأمر كما لو كان كل الجنس البشري منخرطا في عمل عن غير قصد للإبداع المشترك لمساعدة مصنعي التكنولوجيا؛ ليجعلوا آلاتهم تعمل، ولا عجب أن الكاتب «دوجلاس آدمز» أبدى ملاحظة، وهي: «التكنولوجيا هي اسم نمنحه لشيء ما لم يعمل بشكل كامل حتى الآن»، وبهذه الطريقة، فإن التجديد هو نعمة ولعنة في ذات الوقت، ويمكن أن ينجم إعادة التفكير من التعاون المثمر بين المعدلين والمجددين، كما في إختراع كوبري Bairey الشهير خلال الحرب العالمية الثانية.

وجد القائد Stair للمهندس Corps نفسه يبحث عن تصميم رسم بصورة دقيقة على ظهر ظرف، وحينما جمع فريق بدأ يحول ومضته البراقة إلى كوبري زمن الحرب الذي تم تسميته باسم المبدع الذي رسم صورته المبدئية.

ولقد أدار القائد الفكرة من خلال كل اللجان الضرورية، ولقد كان عضوا في اللجان الرئيسية، وتأكد أن Allies كان لديهم كوبري يمكن تجميعه ـ غالبا ـ عن طريق مجموعة العمال الهواة، وفي جزء من الوقت الذي كان ممكنا في السابق.

وهذا مثال عظيم لكيفية إمكان المبدع أن يتضافر مع المعدل؛ لكي يخلق شيئا ما لا يستطيع أي منهما خلقه بمفرده.



**ببساطة هناك خطين من الإبداع :**

- النمط الأول: التحوير: تحسين وتقنية وتطوير ما هو موجود بالفعل .

- النمط الثاني: التجديد: توليد حلول جديدة ومختلفة.

كلا النمطين لهما نفس القيمة، والتي تعتمد عليها إلى حد كبير في تفضيلك، وفي نوع التحدي الذي تواجهه، وكثيرا ما أستخدم بيان KAI المفصل؛ ليرسم صورة لأسلوب المجموعة المفضل قبل مساعدتهم للعمل سويا بطريقة مبدعة أكثر، وقد كانت إحدى أقل الأجزاء نجاحا في تدريب الفريق، الذي قمت به كانت مع مجلس إدارة شركة استشارية؛ حيث كان الأسلوب المهيمن هو الأسلوب الإبداعي إلى حد بعيد، وكثيرا ما يحتاج المجددون أن يعملوا بشكل أكثر مثابرة حينما يكونوا أعضاء في فريق، فهم يفضلون أن يأرجحوا القارب، ويتحدوا مع القوانين، ويشعروا بالملل بسرعة، ومن ثم ضع مجموعة منهم سويا، وقد يكون اللقاء متوهجا، ولكن هناك فرصة كبيرة للانتهاء منه فجأة في أي وقت.

أخبرتني هذه المجموعة أنهم سوف ينقلون إلى شعوبهم في تركيب تنظيمي جديد، والآن الذي يفكر فيه المجدد النسبي هو أن مستوى كاف من التفصيل قد يبدو مبهما ويفتقر في الفكر إلى شخص تكيفي أكثر.

وفي الواقع يبدو المجددون بدرجة كبيرة أنهم يؤمنون بأن لو كان لديهم فكرة، فلا بد أن تكون واضحة مباشرة للآخرين! وبعد شهرين اتصل بي عميل هاتفيا؛ لكي يقول: إنهم يكاد يكون لديهم ثورة على عمالهم، وأن مقدار التفصيل والتركيب الذي نقلوه إلى السارين تسبب في تشويش كامل حول مسئولياتهم الجديدة.

إن احتياج الفريق إلى أشخاص ذوي أسلوب تكيفي أكثر نسبيا؛ لكي يترجم أفكارهم إلى شيء مفصل، وسردي، ومركب، بمعنى آخر: إبداع تكيفي.

وبالتناقض كان أحد أكثر الفرق نجاحا والتي دربتها كان إدارة معمل تكرير كان لديهم مشروع إخراج ٨٠ مليون دولار قيمة النفقة بدون عمل أي زيادات إلزامية عن

الحاجة، وكان لدي الفريق مجال كامل من الأساليب، وبشكل ذي مغزى، وكان رئيسهم بحق في الوسط، فكان يعمل دور الجسر الفعال جدا بين النزعات التكيفية والنزعات التجديدية للفريق، وبذلك أصبحت الجلسات سويا ملتقى للعقول، وواصل الفريق تحقيق أهدافه.

وعلى وجه الخصوص أدرك القائد قدر قيمة كلا من التحوير والتجويد، فقد ضمن الانجذاب إلى العقول التحويرية الاستمرارية، والقدرة على متابعة الأشياء حتى إتمامها بينما ساعد اختيار عقول المجددين على توليد حلول جديدة ومختلفة.

إن أي شخص في مجموعة عمل، ولكن القائد على وجه الخصوص لديه واجب أن يعمل كجسر بين الأساليب المختلفة؛ لكي يتأكد من أنه تم اكتشاف كلا من الحلول المختلفة، والأفضل على الوجه الأكمل.

**• فليحيا الاختلاف:**

مع أن الإدراك الأكبر لأسلوبك الخاص، وتأثيره على الآخرين يعد حاسما، فمن الضروري كذلك أن تنمي تقديرا أكبر لإشراك الآخرين ذوي الأساليب المختلفة، ورغم أننا ـ ربما نظريا ـ بحاجة إلى الطرق المتكاملة - أحد المالكين يضع نقطة على «يكون» الخاصة بك أو ليجعلك ترى من زاوية جديدة - إلا أننا عمليا، وخاصة تحت ضغط من الصعب أن نفعل ذلك.

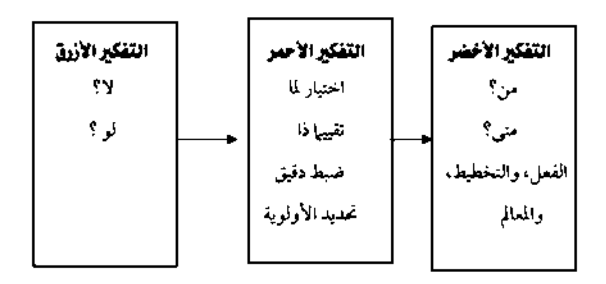
وربما يعتقد المجدد الذي لديه رئيس محور أنه ـ أو أنها ـ يطلب تفصيلا أكثر بكثير من الضروري، وربما يشعر كما لو كانت أجمة قوية موضوعة على الأفكار الموجودة، والأكثر مخاطرة. وبالعكس ربما شعر شخص ما ـ ذو أسلوب تكيفي، ويعمل مع شخص تجديدي نسبيا ـ بالإحباط بسبب الأولويات المتحولة والافتقار إلى إدراك واضح للاتجاه، وربما يطلبون مزيدا من التركيب، ومن الأهداف المحددة بدقة أكثر من المجددين الذين يعدونها أو حتى بإمكانهم توفيرها.

قد تكون قادرا على تفهم أسلوبك المفضل ـ فقط ـ من خلال الطريقة التي تقرأ

بها كتاب إعادة التفكير، ومع أن ـ دائما ـ ما يكون هناك خطر التعميم، فإن كان لديك أسلوب تجديدي نسبيا، وربما تفضل التصفح والقفز، وربما تفكر في أنك توصلت إلى الفكرة حتى من قبل أن تقرأها! والمجددون يريدون كل شيء أن يحدث سريعا نسبيا، ويصيبهم الإحباط حينما لا يصلون إلى الغرض، وإن كان لديك انحياز تجاه التحوير، وربما تفضل أن تقرأ من البداية إلى النهاية، وتطلب أن يتم فهم البراهين بشكل أوضح، وأن تكون النصيحة عملية على نحو أكثر.

**• إعادة التفكير (١٣): التفكير الأزرق: أزرق/ أحمر/ أخضر:**

هناك اختزال فاعل بدرجة كبيرة لحل المشكلة الإبداعية، والذي استخدمته لسنوات عديدة مع المجموعات، وهو بالأساس واحدة من بنات أفكار كاتب الإبداع «مارك براون»، ورغم أن ما أصفه هنا هو نسخة مبسطة لهذا النموذج يمكننا أن نلخص ما نعرفه حول إبداع المجموعة في لغة من ثلاثة مراحل متمثلة في الرسم التوضيحي التالي:




فمن السهل فهم هذا المخطط الملون؛ فالأزرق: للأفكار، ولنهاية السماء، والأحمر: للتوقف (مثل إشارات المرور)، والتأمل، والتصفية، واختيار أفضل الأفكار التي تولدت عندك، والأخضر: «للمضي»: من سيفعل، ومازال، ومتى، إلخ .... .

ويبدو هذا مباشرا، أليس كذلك؟ قد تولدت عنك بعض الأفكار العظيمة (أزرق) ومن ثم اختر ما يرجح أنها الأكثر فوزا (أحمر)، وقرر كيف تنفذها (أخضر)، ولكن عمليا، فهذا يعد أمر معقد.

لا يعني لقاء الأجسام في غرفة بالضرورة لقاء العقول، وبعضنا يفضل التفكير «الأزرق»، ويستمتع بتوارد الفكرة بدون أي تفكير في مفاهيم عملية . . وآخرون يتوافقون بالطبيعة مع التفكير «الأحمر» ويريدون تدقيق النظر في الفكرة تدقيقا محكما حتى قبل أن تظهر، وبينما لا يمكن أن يؤمن المفكرون «الخضر» بسبب عدم إمكانك الاستمرار، وجميعهم مدركون للغاية للمواعيد النهائية الملحة لإنجاز العمل، يمكن وصف شعارهم كالآتي:

- جاهز!
- إطلاق!
- الهدف!

أو في الحالات البالغة:

- إطلاق!
- جاهز!
- الهدف!

والحيلة هي تخصيص وقت وطاقة، وتركيز كاف لكل مرحلة، وهي أينما تكون اللغة المشتركة ذات قيمة للغاية.

(١) مقصود به طريقة عملية أكثر من «تفكير السماء الزرقاء» والذي في موازاة حديث العمل المربح للآخر، ويتم محاكاته بشكل بارع في الذي يحركه «بلاك بري» للكاتب «لوسي كيلاواي» ٢٠٠٥.

إن العدو الرئيسي لاكتشاف حلول جديدة بحق هو المضي في الأمر بينما يكون

مقصودا أن تكون الأزرق في ثانية؟

حسنا دعونا نقول إنك تحاول تطوير فكرة، وربما تكون فكرة قديمة أعدت زيارتها أو وافدة فكرية، وفكرة «زرقاء قاتمة»، ويتحرك أحد ما قبل الأوان إلى المرحلة الحمراء عن طريق قوله «نعم، ولكن»، وهذا من شأنه قتل الفكرة مباشرة، فكل الأفكار العظيمة هي ثالوث من «لم لا؟»، و«ماذا لو؟»، والتفكير في عوائق الأحمر أو «نعم، ولكن» لا يمكن القيام به، والتي تحول دون تطويرها.

إن الطريقة المقبولة في التفكير حول «الأزرق» هي موارد الأفكار البارعة المفاجئة وهذا خطأ تماما، ويعني «التفكير الأزرق»: التوقف عن اعطاء حكمك، والذي يميل إلى أن يشوشه الماضي والخبرات القاصرة لفترة طويلة بالقدر الكافي حتى تظهر حلول جديدة أو أفضل.

إن المرحلة الحمراء ذات قيمة ويمكن فيها التعبير عن الشكوك، ولكن ـ فقط ـ حينما يعرف الناس ما الذي يشكون به أحرى من هدم فكرة لم يتوصلوا إليها بالشكل الكامل وحكموا عليها حكما مسبقا، وتلخيصا تمكن المرحلة الخضراء الفكرة من أن تجد تعبيرها عاملاً بدون مجرد «التعلية الزرقاء»، وعمليا فإن العملية تكرارية؛ فأنت تذهب إلى الأمام وإلى الخلف بمنحك الانسياب اللامحدود من عمليات التفكير الإنساني، واللون الواحد يفيض على الأخر، ولكن بدون هذه اللغة المشتركة ربما تجد نفسك في حجرة؛ حيث تكون العقول أبوابا مغلقة أو متشعبة في كل أنماط الطرق الغير مجدية.

دعنا نفترض أنك تريد نقل بعض الأفكار لزملائك بالعمل، وربما تقرير حالة فكرة جديدة وتود أن تتلقى إجابة عليها، وقد قررت أن تبعث ببريد إلكتروني وأن تذهب إلى الأزرق حول الأفكار؛ لكي تستوعبها، وقد جمعت مساعدين في العمل لعقد جلسة إبداعية حول فكرتك.

توقف! وقت مستقطع لإعادة التفكير، وقد قررت بالفعل الوسائل الخاصة بك

للتواصل – بريد إلكتروني – وبالتالي فقد ضيقت بالفعل تفكيرك الأزرق إلى قناة واحدة من تحقيق الهدف في لغة الألوان الخاصة بنا، فقد ذهبت إلى الأخضر مبكرا جدا! حيث المكان الذي لا بد اختيار الافتراضات فيه، والطريقة الأكثر فاعلية هي مواصلة الرجوع إلى الخلف بطريقة طفولية لسؤال لماذا، ماذا: ما هو التأثير الفعلي الذي تريد إحداثه، ولماذا؟.

إن قررت في المثال السابق أن يكون هدفك هو إحداث تأثير كبير على زملائك بفكرتك، فأنت تستطيع أن تعمل أحد الأمرين:

١ – التفكير في وسائل بديلة لجذبهم (مثل: لقاء إفطار، ووقت مستقطع في كافتيريا أو قارب).

٢ – الإحجام عن تقرير الوسيلة حتى تذهب إلى الأزرق في محتوى الرسالة.

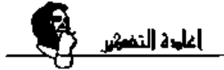


**«كم من الوقت تستغرق لكي تعاود زيارة هدفك أو غرضك الحقيقي وراء إبداعك؟ وقت طويل تماما: أطول مما تعتقد».**

إن الجذب «لتصل إلى الأخضر» – مرحلة الفعل – قوي للغاية، ولكن إن لم تقض بعض الوقت تتأمل هدفك الحقيقي، فسوف يكلفك هذا الوقت فيها بعد،وستحتاج أن تقاوم الجذب تجاه «الأخضر» أو الفعل إن كنت تريد جودة أكبر في التفكير.

**• إرشادات للذهاب إلى الأزرق:**

ما يهم كما هو في أي عملية مستخدمة هو جودة التأثير المتبادل بينك وبين الآخرين في الإبداع المشترك. ولذا فها هي الإرشادات التي اكتشفت المجموعة التي كنت أعمل معها أنها مفيدة في تذكر الفلسفة الشاملة وممارسة التفكير الأزرق.



| لماذا؟ | لأن |
| --- | --- |
| ١ - تسجيل كل الأفكار | بعيدا عن النظر، بعيدا عن العقل! |
| ٢- توليد، وليس حكم | كثيرا ما تكون العملية الأفضل هي أن يكون لديك كثير من الحلول، وفي النهاية نبذ ٩٠٪ من التي لا تعمل. |
| ٣- لا من «نعم، ولكن» | فهذه تقتلك بالأفكار الجيدة مبكرا جدا. |
| ٤- فكر «لما لا؟» | وهذا يشجع المجموعة ألا تنبذ فكرة لمجرد أنها تبدو رثية أو غير عملية، وكثيرا ما تكون أفضل الأفكار من النظرة الأولى!. |
| ٥- البناء، والاكتشاف | خلافا للفكرة الوافدة، وهذا يعني أن تبقى مع «بذرة فكرة»، والتي اقترحها شخص آخر، وأن تساعدها على النمو. |
| ٦- إيجاد أفضل بيئة للإبداع | هل تستطيع أن تسترخي ـ حقا ـ على بعد طاولة من مرتين بينك وبين الآخر؟ ولكن قريبا جسمانيا، وأوجد البيئة التي تساعدك. |
| ٧- إدارة مستوى طاقتك | حينما تأخذ معظم المجموعات فترة راحة قصيرة ـ نصف ساعة ـ وتأتي لحظات وجدتها في الفراغات ، فدعنا نذهب مرات أكثر! |
| ٨- اللهو | لأنه في حالتك الراضية ستكون منفتحا أكثر على الأفكار كثيرا من الكلمات الصحيحة، يقال على سبيل المزح. |




**«اعط هذا الجدول لمجموعتك، وناقش، وتوصل إلى أي ممارسات تحتاجها أكثر؛ لكي تعمل من أجل الإبداع المشترك بنجاح».**

**• إعادة التفكير (١٤): مسألة الأسلوب:**

إن إدراك الأسلوب والشعور به - أسلوبك وأسلوب الآخرين - هو المفتاح للإبداع سويا بنجاح، فإن نظرية «كرتون» لا تقترح الثابت رغم أن تفضيلك هو أنه أكثر ما يرى بشكل مفيد بكونه مطلقا؛ لأن قيمته الأولى هو في معرفة أسلوبك في

الرجوع إلى الآخرين الذين تعمل معهم.

وإن كنت أنا أكثر منك تحويرا بقليل، وربما أتصور أنك تقوم بمخاطرات غير ضرورية، ولا تفكر بالأشياء بالقدر الكافي، وإذا انعكس الموقف فمن المرجح أن أراك حريصا على نحو غير ضروري، وربما أبطأ وتحتاج إلى تركيب أكثر مما أراه باعتباره مبررا.

ورغم أنك تحتاج أن تعمل بيانا مفصلا لما تفعل مع شخص ما مؤهل، وربما تصل إلى معنى إجمالي لأسلوبك بالعلاقة مع الأشخاص الذين تعرفهم جيدا؛ زوج أو زوجة، زميل عمل، رئيس.



**«ما هي بعض الأسئلة التي يمكن أن تفكر بها؛ لكي تبتكر بالاشتراك مع آخرين بشكل أكثر فاعلية».**

كم هو أسلوبي مناسب للتحديات التي أواجهها؟ وهل أحتاج إلى شيء فريد من التركيب (تحوير أكثر)، أو هل أحتاج للاعتراض على الافتراضات وأن أدع تفكيري يناسب بطرق جديدة للنظر إلى المشكلة (تجديد أكثر)؟.

إن كنت في فريق فما هي الأساليب المفقودة؟ ستتبنى الفرق طريقة التوصل إلى موافقة جماعية، وهي: الطبيعة بالنسبة لهم، وسوف يميلون لأن يكونوا في محيط المعدل المتوسط للمجموعة، وكثيرا جدا من التحوير، وربما تجد نفسك تتحرك باحتكاك مع طريقة منطقية للغاية، ولكنها بطيئة في كثير جدا من التجديد، وربما تجد نفسك تثير أفكارا، ولكن تفشل في الوصول إلى نتائج.

كيف يمكن أن أستخدم عمق النظر حول أسلوبي؛ لكي أحل صراعات الأسلوب التي كانت ترى في الماضي؟

حينما تأملت السؤال الأخير، وجدت أني كثيرا ما كنت أخفق مع زميل لي كان تحويريا بدرجة أكثر مني نسبيا، وليس كثيرا جدا بسبب ما كنا نقوم به، ولكن كيف كنا نباشر العمل في مشروع، وكان دائما ما يطلب تفصيلا أكثر، ويريد أن يعمل بأسلوب متداول من أوله لآخره، وسريعا أصابني الملل مما اعتبره فحصا غير ضروري، ومع

ذلك فإن معدل التقدم بطيء في العمل.

ومع أن فهمنا لتفصيلاتنا KAI لم يكن تماما هو الطريق إلى كشف دمشق، فقد ساعدنا بشكل كبير لنقرأ ونقدر إسهامات الآخرين الغريبة والمحبطة، ورغم ما يظهر به الأسلوب الآخر، وربما أسمح له بالوقت والمكان الذي يحتاجه لعمل الأشياء، بينما أصبح أقل قولا لـ «نعم، ولكن» وأكثر استيعابا لشطحات خيالي، ومن ثم تم إنجاز العمل بنجاح أكثر مما كنا نعتقد أنه ممكنا في بداية الأمر.

وهذه هي إحدى أعظم الميزات في نظرية A-I: فهم كيفية التواصل مع شخص ذي أسلوب مختلف، أو حتى مناف لأسلوبك.



**«إن كان شخصا ما أكثر تغييرا، فإذن امنحهم وقتا للرد، والبقاء مع الفكرة وتطويرها بدلاً من المرور سريعا على الفكرة التي تليها، وعلاوة على ذلك احترم احتياجهم لتركيب وتوضيح الهدف، ولا تفترض أن امتلاك أفكار لأجلهم سوف يكون مرحبا به.**

وبالعكس، فإن كان هناك شخص آخر أكثر تجديدا منك اذهب إلى المعنى سريعا، واجعله مثيرا للانتباه، وارسم صورة كبيرة، ومتحملا ما يبدو أنه مثل جسر انتباه أقصر وطريقة عرضية للعمل، فمعظمنا يعمل على الإبقاء على العقل منفتحا على الجديد حتى الطرق الصادمة في التفكير».

وأخيرا: تذكر البقعة الإدراكية المعتمة التي لدينا جميعا: فالاعتقاد بأن عالمنا هو – أو يجب أن يكون – نفس العالم الذي يراه الآخرون فلا بد أن يسمح لنا إدراكنا بذلك في ممارسات العمل بالطرق المختلفة، والتكاملية والثرية التي ينظر بها الآخرون إلى المشكلة، وفي الظاهر إن إعادة التفكير البسيطة هذه هي المفتاح للإبداع المشترك مع الآخرين بطريقة أكثر فاعلية.

***




# حس الدعابة



**إن الجزء الذي يتطلب براعة في الكتابة حول الدعابة هو الجزء الشخصي بدرجة كبيرة. وما أجده هيستيري ربما يتركك دون أن يؤثر فيك بشيء، والعكس بالعكس وكذلك فهو موضوع لا يحتمل الكثير من التحليل، وذات مرة ذهبنا إلى محاضرة أستاذ شهير في الآداب، له استثمار وتطوير في النكتة في الرواية الإنجليزية، وفقدت الإرادة للحياة بعد عشر دقائق، وتذكرت السطر الذي كتبته، وودي الآن «الأبدية طويلة جدا – وخاصة في اتجاه النهاية. فإن التحليل المفرط للفكاهة قليل مثل المجاز القديم عن إزالة أرجل العنكبوت من أجل دراستها على نحو افضل – والمشكلة هي أنه لم يقفز إلى الأمام كذلك.**

ورغم ذلك، فإن التوازيات المثيرة للاهتمام بين الدعابة والإبداع تستحق المغامرة، وأين يمكن أن نكون بدون مخاطرة؟ وأين يمكن أن نكون بدون أسئلة بلاغية؟.

جمع كاتب كبير عن الإبداع، وهو «آرثر كوستلر» بشكل دقيق أماكن توافق الدعابة مع السلسلة الإبداعية المتصلة، والتي يصفها بكونها «آه، أها، هاها!».

- آه! (إبداع فني – كم هي جميلة ألوان «رفائيل» الزرقاء!).
- أها! (وافدة فكرية علمية – أها!).

• هاها! (الدعابة بكل أشكالها - مثل اللعب، الفهم الثاقب، الدهشة، الملاحظة، السخرية، الهجاء، السخافة، الكوميديا الهزلية.... إلخ).

إن فكرة «المسرح الجاد» معروفة جيدا في دراسة الإبداع، ودوره في توليد أفكار يفهمها العلماء والفنانون على حد سواء، ومن ثم وردت لعالم الطبيعة «ريتشارد فينمان» فكرة بارعة مفاجئة حول معادلة Dirac عن طريق ملاحظة كيف يترنح شعار جامعة كورنيل على طبق في المطعم، وقال: «لقد كانت لا تحتاج إلى جهد، ومن السهل أن تلعب مع هذه الأشياء؛ لأنها مثل فتح زجاجة، فيتدفق كل شيء إلى الخارج بلا عناء، وقد كنت أحاول مقاومتها! ولم تكن هناك أهمية لما كنت أفعله، ولكن بالنهاية كانت هناك أهمية للرسومات التوضيحية والعمل بأكمله الذي حصلت من أجله على جائزة نوبل، وأتت عن هذا الشيء الطفيف فيما حول الطبق المتأرجح».

تصف الفلسفة الشرقية الوجود ذاته مثل: Lila Shakti ، أو مسرحية الملك، وكثير من الرجال المعظمين، مثل: Dalai Lama، ويبدو أن لديهم ملكة الضحك بسهولة، أو حتى حينما يكونون يتحدثون عن أمور عميقة

أما في الغرب فلدينا النسخة الأصلية تقال على سبيل المزح، ومن ثم دعونا ننظر إلى بعض من الأشكال المختلفة التي تتخذها الدعابة ، وفي قسم إعادة التفكير سوف نطبق هذه السبل إلى فن التفكير الإبداعي.

**• المفاجأة الفعالة:**

إن رؤية إبداع جديد كثيرا ما يعطينا دفعة من المفاجأة، ومن المراكب الشراعية الرائعة في دار الأوبرا بـ«سيدني» إلى قاع Renault Megane الشبيه بالبشر على نحو يدعو للغرابة، وها هما قصتان بسيطتان تمثلان بهذه الطريقة.

«نحن جميعا معتادون على الكلمات الشهيرة لـ«نيل أرمسترونج» أول رجل زار القمر» خطوة صغيرة واحدة للإنسان تعد قفزة هائلة للبشرية، والشيء غير المعروف بدرجة كبيرة، هو أنه أضاف جملة بصوت غير مسموع دورك الآن «مستر بلاتسكي»،

وحينما سئل عن هذا قال: إنه أمر شخصي، ولكن أثناء جولة محاضرات في الجامعات الأمريكية عام ١٩٩٥ سئل عنه مرة أخرى، وبعد توقف أجاب أنه بإمكانه ـ الآن ـ أن يوضح ذلك؛ لأن «مستر بلاتسكي» قد مات للأسف، ومن ثم شرح كيف نشأ في البيت المجاور لعائلة «بلاتسكي»، وذات يوم سمع مناقشته فيما بينهم.

قصة تقال عن قائم بشئون كرة قدم إنجليزي، وهو «رون أيتكنسون» تلقى أحد لاعبيه ضربة لم يستطع النهوض منها، ففحصه الطبيب على الأرض، وعندما هرع إلى خط التماس؛ ليخبر «رون» أن لاعبه رغم إصابته بارتجاج إلا أنه يستطيع الجري واللعب، ولكنه ـ فقط ـ لا يستطيع تذكر اسمه، فأجاب «رون» حسنا أخبره أنه سليم وابعث به ليواصل اللعب».

مع الإدراك المؤخر ربما بإمكانك أن ترى كيف أن كلتا القصتان تؤديان إلى نهايتهما، ونفس الشيء مع الإبداع – حل جديد يبدو منطقيا حينما ننظر إلى الخلف، والمهارة هي أن تكون قادرا أن تقوم بهذه القفزة المفاجئة، والانقطاع الذي لا يتحقق بمجرد مذهب الزيادة البطيئة، وبهذه الطريقة، يمكن اعتبار أن كلا من الكوميديا والإبداع» مفاجآت فعالة»، ومن ثم يمكن عمل قفزة مفاجئة ـ فقط ـ على أساس الجزء المنطقي من القصة، ولكن الخطوة الأخيرة تشوش وتدهش هذا المنطق.

**• إدراكات مقلوبة رأسا على عقب:**

كثيرا ما تحقق إعادات التفكير عن طريق قلب الصفة الثابتة لرؤيتنا، وهذا يحدث تغييرا بالغا في الأجزاء المكونة للمشكلة إلى شكل جديد، وربما نرى الفرصة أكثر من المعوق، وربما يعمل الجذب أفضل من الدفع.

هناك قصة لسيدة إسترالية عجوز والتي سئلت عن ما إذا كانت تحب أن تزور إنجلترا، ففكرت في الأمر لفترة قصيرة قبل أن تجيب، لا ، لا أريد الذهاب هناك إلى إنجلترا هي من يأتي منها كل السجناء؟.

وتلخيصا؛ حينما ربطت قناة تحت سطح البحر لأول مرة بين إنجلترا وفرنسا



نشرت صحيفة بالمملكة المتحدة مقالا تحت عنوان: «قارة لم تعد معزولة».

الآن هذه القصة الثانية رغم أنها ليست مضحكة مثل الأولى، إلا أنها تسلط الضوء على نقطة خطيرة حول الإدراك، وفي الواقع قد استخدمتها Mea Culpa؛ لكي تخلصني من البقعة الصعبة حينما كنت أعمل مع بنك أيرلندي، ووصفت إنجلترا بأنها: «البر الرئيسي، بدون معرفة اللغة لهفوة اللسان، ومن ثم كنت بالتأكيد مذنبا، فالدعابة هي لغة يمكننا أن نستخدمها بشكل إبداعي؛ لكي نستعيد وضعا مفقودا، وكثيرا ما تكون فاعلة بدرجة أكبر من المنطق المبتذل والتبرير الذاتي.

**• لا من الأعمال المثيرة للضحك:**

في احتفال Edindurgh عام ٢٠٠٥ ذكر الكوميديان الأمريكي «داف فولتون»: «أنا لا أقوم بأعمال مثيرة للضحك».

استخدم زميل هذا الأمر بنجاح حينما كان عميلا يشكك في السعر ،مشيرا إلى أن المنافسين يمكن أن يقدموا نفس الخدمة بمقابل أقل، فقال: حسنا هذا جيد؛ لأنا لا نفرط في البيع عن قصد أبدا فضحك العميل، ولم يذكر السعر مرة أخرى أبدا.

إن الإنسان الإنجليزي يحب هذا النوع من التفكير حبا شديدا، وهناك سمسار عقارات شهير في لندن عام ١٩٦٠، وهو «روي بروكسي»، وربما يصدم الزبائن ويسليهم بأمانة إعلاناته «بيت مسكون في Pimlico هكذا وصف أحد العقارات لم يكن، وعلى أساس فردي، فهذا التفكير المعكوس يظهر في قسم الإعلانات الشخصية في جريدة لندنية، وكثير منها غريبة الأطوار وفكاهية لدرجة أن المجلة نشرت كتابا يجمعها.

لا بد أن تستمع بالحياة، لأن التفكير المقلوب رأسا على عقب يشرحه الإعلان الذي خططه المحيط الأطلنطي الذي لم يصل إليه أحد، ولكن كان عليه أن يجذبه في وقت حرب الخليج الأولى، وكان ذلك مقابل أجرة سفر رخيصة من الشرق الأوسط إلى أمريكا، كما أن رحلات طيران العودة رخيصة، ومن ثم قم بزيارة الولايات المتحدة قبل أن تزورك هي.

**• رؤية المألوف في صورة جديدة:**

يرتكز قدر كبير من إعادة التفكير على أخذ الشيء المألوف وتبديله، ولذلك انظر إلى الأشكال والمواد والألوان التي لا تعد ولا تحصى، فيمكنك شراء مذياع اليوم وسترى كيف أن الصندوق القديم الكئيب قد تبدل. وتلخيصا، فإن الدعابة تبعث بضوء جيد على كل يوم، ويعرف المعلنون كيف يستخدمون ذلك من أجل تأثير جيد.

هناك كلمات قليلة معروفة أعاد فريق المسلسل الإذاعي الطويل في BBC أسف ليس لدي مفتاح، وأعاد تعريفها بالعلاج المزيف للألعاب القائمة. وهناك كتاب كامل عن هذه الأشياء بعنوان قاموس Uxbndge الإنجليزي، ويمكن أن أوصي به باعتباره مثيرا لقدرتك على التلاعب بالكلمات؛ لأنها طريقة ممتعة ونافذة البصيرة لعدم التسليم بصحة ما هو واضح.

إن الأمريكي «ستيفن رايت» مثل أعظم الكوميديين؛ فكثيرا لم يكن يصنع «نكات» قطع معينة من الكوميديا - لكنه يعطينا اتجاه جديدا في الرأي على الأقوال اليومية؛ فحينما سئل: هل كنت تنام جيدا جدا؟ فأجاب: لا، ولذلك قمت بالقليل من الأخطاء، وإجابته على عبارة لا تستطيع امتلاك كل شيء ـ والتي لا معنى لها ـ هي: لا .... أين تضعها؟.

أو يأخذ جملة شهيرة مثل: «إنه عالم صغير» ويضيف عليها سطرا لكنني لا أريد أن أضطر أن أرسمه، وبشكل فردي، فهذه الأسطر نادرا ما تكون ضحكات من الخوف، ولكنها مثلما يبني «رايت» حقيقية ملتوية قليلا على قمة أخرى، وتجد إدراكك يميل ويتجدد بشكل مرضي، وإن الأمر كما لو كان يفتح بوابة لرؤية مختلفة على نحو دقيق، وينمي فيك ملكة التذوق والفحص، وإعادة التفكير في كثير من التعبيرات التي نستخدمها جميعا بطريقة مقلوبة دون تفكير، وبهذه الطريقة فإن الدعابة تساعدك على التفكير!.

تم منح الكوميديان البريطاني غريب الأطوار «بيلي بيالي» جائزة عن هذا النوع من الدعابة ، فهو يصف قائمة بائع القطاعي منخفض الأسعار «أرجوس» بأنها مثل

«كتاب الأحلام المؤلف من صفائح رقيقة»، وحينها شرح لماذا هو مؤلف من صفائح رقيقة أو قصيدة من الخلود، وحينما تهذب إحساساتنا تعطيك طعم النعيم أكثر من طنين الإثارة، وحينما تسمح لك بأن تشع بأنك مرتبط بالأوجه الأجمل والأصدق في طبيعتك.

إن القوانين التي توجد في الطبيعة تحتاج أن نستعملها، وأعتقد أنها ستكون مطبقة أكثر في المصنوعات اليدوية، وفي الفن الذي من وضع الإنسان، كما أن القانون الطبيعي ليس تقييدا بذات الطريقة مثل القانون الذي من صنع الإنسان، ولكنه بالأحرى شكل للتحرر المنسجم بسبب التنوع اللانهائي تقريبا في العالم المادي، وربما تقود فكرة الفن «الأسمى» إلى تقدم حينما يكون من يحكمون عليه نقاد محترفون في الفن، ونوع من شرطة الجمال، ولكن إذا فكرنا في الأسمى باعتباره هو الذي يجذبنا؛ لكي يقربنا من الأبدي والخالد، وحينها نكون على الطريق الصحيح.

إن تتابع Fibonacci هو مثال رائع على الجمال الخالد في الطبيعة، وتم اكتشافه عن طريق الراهب Peonardo Of Pisa، الملقب Fibonacci وقد عثر بالمصادفة على تتابع ذي مغزى للأعداد: ١، ٢، ٣، ٥، ٨، ١٣، ٢١، ٣٤، ٥٥، ٨٩، ١٤٤ وهكذا؛ حيث يتم إيجاد كل عدد جديد عن طريق إضافة العددين السابقين إلى بعضهما البعض، وهذا التتابع يتم عرضه في أشكال عديدة في الطبيعة مثل: تكثيفات البذور على الأناناس، ولوليات الصدفات الحلزونية التي تستوقف الانتباه بشكل أكبر في أعلى زهرة عباد الشمس المعتادة.

**• معرفة ثاقبة للفكاهة:**

إن الكوميديا ليست خيالية، أو غير متصلة، أو انحراف عن الحياة الحقيقية، ومن ثم يمكن استخدامها كأداة للرأي المسبق المثير للسخرية، وهي بذلك تصيب الهدف بطريقة لا تحققها المناقشات العقلانية.

هناك مجموعة جديدة من صناع الدعاية في المملكة المتحدة كانوا على درجة كافية

من الشجاعة؛ ليسخروا حتى من أهوال عصر الترويح، وينوه «بول كوردي» أنه لم يعتد أبدا أن يكون قادرا على حجز مقعد في القطار، والآن أنا لدي الشجاعة الكاملة، وأحيانا الشبكة الكاملة.

«إيدي إيزارد» هو راوية بارع يقدر على نقل بعض التعليقات الاجتماعية الجادة إلى أحاديثه التي تصيب حينا وتخطيء حينا، ولكنها كثيرا ما تكون صاخبة، وقدر كبير منها يتم الارتجال به، وهو شخص خنثوي، وهذا ما منحه وفرة من المادة حول الظلم؛ لكي يتلاعب بها.

الفكاهيون هم ملاحظون عظماء، والأشخاص الذين ينظرون إلى العالم بعين الريبة، ويتصورون نوعا مختلفا من الحقيقة، ولا عجب أن يعتقد أن الدعابة من المحتمل أن تكون هدامة، وأنها تركيز المفكرين الأصليين والسياسيين المستقلين والأجانب، وبشكل متزايد الأشخاص الذين شاركوا في عمليات حربية. تخصص «مارك توماس» في الدعابة التي تنصب على قضايا اجتماعية هامة، وتستهدف شركات معينة تقوم بالظلم علنا، وفي العام الماضي كانت شركة كوكاكولا بسبب سوء المعاملة المزعومة لعمالها في مصانعها بالمكسيك وهذا العام من يعلم؟.

**المهرجون التنظيميون:**

إن كان الحمقى حكماء للغاية في أعمال «شكسبير»، فلماذا لا تعين أحدهم؛ لكي يعمل في منظمتك، شركتك، أو مدرستك، أو مستشفاك، كمراقب على الشعور بالطمأنينة، والزيادات، والظلم والتهور الساذج؟ وربما يدعي المتهكم أن لديك بالفعل الكثير جدا من أصحاب الدعابة ، ولكننا هنا نتحدث حول الأحمق الحكيم الذي يوقف الناس الذين يعتبرون أنفسهم بشكل جدي للغاية.

**• السريالية الفوق طبيعية:**

السريالية الفوق طبيعية هي: تجاور لعناصر غير محتملة، وكان يتم تعريفها في الفن باعتبارها اللقاء بين الشمسية وماكينة الحياكة على منضدة خاصة بالعمليات

الجراحية، وهذا واحد من التوصيفات القليلة التي أستطيع تذكرها بغير مساعدة بعد سنوات عديدة، ولذلك هناك مفتاح في السريالية لكيفية جعل رسالتك تبرز.

لكن السريالية تشمل كذلك الواقع، وكثير ما تحكي Monty Python تخمة النظام الطبقي الإنجليزي القديم في مشاهد تمثيلية قصيرة مثل سخرية الطبقة العليا في عرض العام، وعن طريق إبراز المرح في الوسيط الحقيقي الذي كانوا يستخدمونه في تليفزيون BBC، ومن ثم جعلوا من الصعب على المشاهدين ذوي الشفاة الجافة أن يأجرون مرة أخرى.

وربما كان «بيتر كوك» هو أعظم النبغاء في الكوميديا الإنجليزية، وهو واحد من أربعة أعضاء في العرض التهكمي في أوائل ١٩٦٠، وما وراء الحافة كان له تأثير عظيم على Monty Python على كثير عن تبعوهم، وكان يوجد هنا تلميذ زكي في مدرسة عامة، وقد أسس نادي المسرح الفكاهي الأول في إنجلترا، والمؤسسة بدأت كمجلة عين خاصة ثم أصبح تليفزيون، ومسرح، ونجم لامع بينما كان لا يزال في العشرين من عمره.

إن عنوان مخطوطاته المجمعة «تراجيديا»، وكنت أنا التوأم الوحيد، والذي يعطيك فكرة ما عن الطريقة التي ينظر بها إلى العالم، وحينما ظهر بمعطف قديم واقي من المطر في شخصيته الأولى العظيمة ، EL wisty تحدث بنية صادقة حول تشكيل تحالف السيطرة على العالم، واشتكى من اضطراره هزيمة Greta Garbo من نافذته بالليل، ووصف كيف أنها في معرض رسومات Reubens، القواعد، وليست الأعيا تبدو وأنها تتبعك في محيط الغرفة.

وربما يكون ممكنا تلخيص Proust ولكنك لا يمكنك فعل نفس الشيء مع «بيتر كوك»، ومن ثم أوصيك بقوة أن تقرأ مخطوطاته المنشورة؛ لكي تحيي مساءا كثيبا.

كثيرا ما يتم الارتجال بأفضل وأكثر الفكاهات السريالية؛ لأنها شطحة من شطحات الخيال غير المتوقعة، ولها صلة على ما يبدو بالموضوع القريب الحدوث،

ولكنها تكون أكثر نجاحا حينما تضيف شيئا ما إلى تصورنا من الواقع.

**• إستخدم خيالك:**

أحيانا تترك لك الدعابة ثغرة؛ لكي تدرج تفسيرك، والعمل ليس لك بكامله، كما في هذه القصة الأخيرة.

رجل يتجول في متجر حيوانات أليفة، ويقول: إنه يريد شراء ببغاء، ومن ثم يشير البائع إلى عينة رائعة ذات ريش جميل:

- كم يبلغ ثمن هذا؟

- ألفي جنيه، يا سيدي.

- ألفين. لماذا هذا الثمن الباهظ ؟

- حسنا، بإمكانه أن يغني كل كلمات أغنية Beatles باتقان.

- ويشير الرجل إلى الببغاء التالي ذي الريش الأقل، ولونه أبهت.

- كم ثمن هذا؟

- خمسة آلاف جنيه «سيدي»

- خمسة آلاف؟ لماذا؟ ما يستطيع أن يفعل؟

- يمكنه أن يغني نوتة موسيقية بإتقان لكل من «موتزار وبيتهوفن».

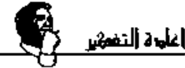
- ذهابا وإيابا.

يتحول الرجل إلى الببغاء الأخير، وهو أصلع تقريبا، وذو ريش أقل، ويقف على ساق واحدة وله عين واحدة.

- حسنا، ما ثمن هذا الببغاء؟.

- ثلاثون ألف جنيه، ياسيدي.

- يا إلهي! ماذا يستطيع أن يفعل؟



- «ليس لدي فكرة، ولكن الببغائين الآخرين يسمونه السـيد».

**إعادة التفكير: آه - أها - هاها:**



حينما أتجول في الغرفة؛ حيث يعمل الفريق، فمن الممكن تقريبا أن أشم أو ألمس الهواء، وإن كان يبدو عليهم الإعياء والجدية، فيمكن أن يكونوا مركزين فكرهم جدا، ولكن بشكل أكبر العلامة بأن التفكير الممتع المتواصل هو طنين في الفرقة، وإنفعال، وطاقة، والانتباه المسترخي الذي يأتي عن كونك قادرا على الضحك بسهولة، وهذا هو طبع «المسرحية الجادة».

ولاكتشاف كيف تساعدنا المسرحية الجادة في إعادة التفكير دعونا نقيم بعضا من علاقات الربط مع كيفيات الدعابة التي وصفناها في الحال.

المفاجأة الفاعلة تعني: الحل الإبداعي لمشكلة التفكير في تحول صادم، ولا يمكن القول به عن الخط المباشر والمنطقي إلى الحل، والأدوات الأكثر أهمية هي «ماذا لو؟ أو» لماذا لا ؟ فحينما نفكر في «لم لا، ماذا لو، يصير استرخاء، فقد انفتحت على احتمالات أكثر، ولذلك فإنها الطريقة التي تمنع بها نفسك من خنق أفكارك في مهدها.

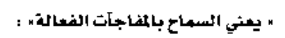
والجزء الرئيسي من النصيحة الذي يمكن تقديمه للأشخاص حول تدريب الإبداع هو ليس الحكم على الفكرة حكما مسبقا، وكذلك فمن الصعب إتباعها، وبصورة رئيسية لأننا مرتبطين بشرط أن نحكم، وليس الآخرين فحسب، وإنما أنفسنا لا أستطيع قول هذا، وهذا ليس له صلة، وهذا سخيف بشكل واضح هو نوع من الحوار الداخلي الذي دائما ما يجري في رؤوسنا، ومن الصحيح تماما أن يكون لديك مناقشات مع نفسك، وحينما تبدأ في فقدان هذه المناقشات لا بد أن يبدأ قلقك.

في عالمي الدعابة والإبداع ليس هناك شيء هراء، وعلى الأقل ليس في مرحلة توليد الأفكار، وفي الواقع إن كنت تريد أن تصنع قفزة خيالية، فالهراء هو تماما ما

تريد، ويعبر عنها «مارك أندرسون» مخترع أول متصفح للإنترنت بهذه الطريقة: «إن كان هدفك هو إبداع شيء جديد وكبير فأنت في الطريق لأن تضطر لعمل شيء سيضحك عليه» وبهذا يكون الاختبار. بمعنى آخر: إن قمت بالشيء الذي يجعل كل الآخرين يهزون رؤوسهم ويقولون: «يه» هذا صحيح، فمن المحتمل أن يكون هناك بالفعل إثني عشر شخصا يفعلونه.

وهذه رؤية متطرفة من مجدد أصلي، ولكن عند مخاطرة كوننا متناقضين يمكن أن نظل نأخذ منها الفكرة السليمة من خلال إدراك أن إحداث فكرة بارعة مفاجئة في التفكير تحتاج أن نتأمل السخيف، أو الموجب للسخرية أو الذي لا يخطر بالبال، وحينئذ يمكننا أن نعود إلى المشكلة الجوهرية وندمج الأفكار العملية، وتلك التي يمكن تحقيقها مع أفكارنا الأكثر همجية وجنونا، ومن الصعب أن نبدأ بما نعتقد أنه عملي لنا عن غير قصد نقيد قدرتنا على توليد حلول جديدة، وإن جاذبية واقع اليوم تمنع تخيلنا من الإقلاع والتحليق.






- إن كانت الفكرة تتفتق ـ فقط ـ في عقلك حاول الذهاب معها؛ لترى إلى أين ستقودك.

- دوّن كل الحلول التي لديك كقرار بسيط بالفكرة، فلا بد أن تكون قادراً على التعبير عنها.

- فكر في الحلول الموجبة للسخرية بشكل أكبر، وعندئذ عدلها، ولطفها.

الاحتمالات هي أنك ستندهش بشكل ممتع بما في عقلك ـ فقط ـ إن أخرجت الأفكار، فاكتبها على قصاصة من الورق أو أخبر بها شخصا لن يحاكمك عليها.

إن الطريق الوحيد لاستثارة عقلك أن يفكر بشكل مختلف تماما هو أن تفكر فيما تعتقد أنه غامض؛ لأن معظم المجددين العظماء كان يتم اعتبارهم غامضين في البداية،

أي: ليس جزءا من التفكير كما هو معتاد.



**«لذا أعد قائمة من أغرب الأفكار التي لديك لحل مشكلة، واطرح منها ما هو مختلف، ولكنه مفيد في إعادة التفكير الغريب جيد».**

التصورات المقلوبة رأسا على عقب، والتفكير والتعبير بدون رقابة عن الأفكار المدهشة التي تأتي لعقلك يمكن أن تؤدي بك إلى طرق مثمرة من التفكير.

وهناك آلية معروفة جيدا لتحقيق ذلك، وهي العكس ببساطة ؛ لذا إن كنت تفكر في كيفية إطلاق فكرة جديدة بنجاح، وربما تستغرق وقتا؛ لكي تفكر في كيفية إمكانك القيام بها بشكل غير ناجح أعد قائمة وسوف ترى حكم الطبيعة الكثير من الأشياء لتجنبها، والآن عد بانتباهك إلى المشكلة الأصلية واضعا هذا في الاعتبار، وسوف تتولد أفكارا جديدة من مجرد اكتشاف طرق لتجنب تلك الصعوبات.

باختصار، إن كان النقاش حول كيفية أن تصبح أقرب إلى شريكك ففكر في كيفية مجافاة أو إبعاد نفسك عن التلاعب بالأفكار، وحينها ارجع إلى الصياغة الأصلية للموضوع، وبشكل بديهي ستنمو مجموعة جديدة من الأفكار في هذه الحالة المازحة للعقل، ولكنها جادة في ذات الوقت.

يمكننا أن نسمي هذا تفكير الخفاش أو تكبير - تصغير، ومن ثم يسمح لك المزاح أو الدعابة ، بأن تختار عدسة ذات زاوية أكبر على المشكلة بالانتقال إلى رؤية أوسع، وسوف تجد أنك حينما تكبر مرة أخرى فإنك سترى الموقف من وجهة نظر جديدة.

وهذا هو الجانب؛ حيث يتعطل القياس بالكاميرا؛ لأن المخ لديه قدرة غير متناهية تقريبا لربط العناصر الغير متعلقة منطقيا، فبينما تأخذ الكاميرا صورة ثابتة يمكن أن يقال إن الجهاز الإدراكي الحسي للمخ ينظر إلى ما ورائها، ويراها في صورة ثلاثية الأبعاد، ويأخذ أي عدد من الصور الجديدة من سلسلة من الزوايا، والدعابة هي

حيلة أو مثير لتحرير العقل، وبذلك يصبح تفكيرك أقل عجزا عن التقدم.

رؤية المؤلف بمفهوم جديد، وهنا توجد طريقتان.

**«أولاً: تأمل معنى الأفكار أو الكلمات التي تستخدمها في التفكير في مشكلة أو أعد تعريفها».**

دعونا نأخذ كلمة «انعزال»، ولقد اندهش صديق يبلغ من العمر ٤٠ عاما ـ ليس مؤثرا خاصة ـ من هؤلاء الذين عرفوه عن طريق القول بأنه أعاد التفكير في حياته وقرر العزلة، وقد أعاد تعريف الكلمة باعتبارها معنى، أخذ على نفسه من الآن فصاعدا أن يعمل بأنه أحب العمل، وازدهرت مهنته، وبشكل أكثر أهمية قد أنجزها.

**• إعادة التفكير في توازن العمل – الحياة:**

وبمسحة مشابهة بإمكاننا التفكير من جديد حول العبارة الشائعة توازن العمل – الحياة، وإن الخطر مع هذه الفكرة هو أنها تشجعنا على الاعتقاد بأن العمل ليس هو الحياة بطريقة ما، ومن المفيد بشكل أكبر أن نفكر في كيفية وضع «حياة» أكثر في عملنا، وإن الأشخاص الأكثر إتماما الذين أعرفهم هم هؤلاء الذين أذابوا العوائق بين العمل والحب واللعب.

إن الاستخدام الإبداعي للاستعارة، هو طريقة أخرى لرؤية القديم في طرق جديدة تحتاج قطعا لإحساس الدعابة ؛ لتستخدم هذا بشكل فعال، وكذلك القدرة لتعطيل عدم التصديق.

دعونا نتخيل أنك تعمل على مشكلة كيفية إيجاد مزيد من الوقت من أجل هواياتك الإبداعية، وربما تبدأ بالتفكير في القضية على أساس مجازي مثل:-

- رحلة.
- اكتشاف الفضاء.
- تسجيل أغنية.



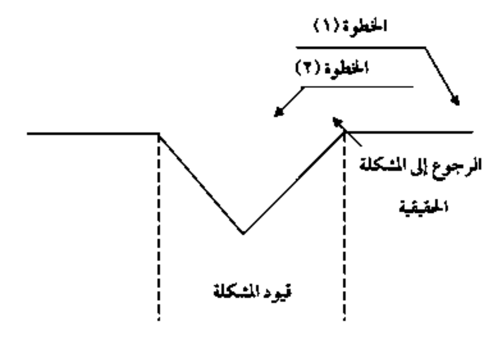
- زراعة البساتين.
- تدريب كلب.

لكي تعمل جيدا، تحتاج اكتشاف العالم المتوازي المجازي بدقة وإحكام، وهذه هي الخطوة الأولى كما هو مبين في الرسم ، ودعونا نفترض أنك اخترت «تسجيل أغنية» فإن أنماط الأسئلة التي تتوارد إلى العقل هي:-

- هل من الأفضل أن تعيش أو في الأستوديو.
- كم من التمرينات التي تحتاجها؟
- هل يجب أن تصير كهربائيا، أو ألا تجعله موصلا بالقوى الكهربائية؟
- ما هو أي مستوى من التمام الذي تسعى إليه؟ (تسجيل أول للصوت أو إعادة تسجيل الإسطوانة الفوتوغرافية بلا نهاية؟).
- هل هي مجرد نسخة غلاف أو نسخة أصلية .
- أي نوع من المسرح أو الأستوديو الذي تستخدمه؟
- أي دور تلعب: منتج، مطرب، عازف طبلة ... إلخ؟

في الخطوة الأولى فأنت لا تحاول عن قصد إقامة أي علاقات ربط مقصودة بالمشكلة الحقيقية لاقتطاع مزيد من الوقت من أجل إبداعك، ومن ثم تلاعب بالعالم المتوازن المجازي مدة طويلة بدرجة كافية؛ لكي تقف خلف المشكلة الأصلية التي من المرجح أن تكون قريبا جدا منها، وحينها ارجع إلى (الخطوة الثانية) القضية الحقيقية باستخدام لغة العالم الفوق طبيعي.






لنجد صلة بين هذا وبين مشكلة إيجاد وقت من أجل هواياتك الإبداعية، وهذا هو تماما ما اضطر أن أصرف همي إليه، ويفتح استخدام المجاز الموسيقي فيما سبق مسحة ثرية من الفكر.

وكما هو المعهود، فأنا معطيا كثيرا من الإنجازات حول العالم، وأجد من الصعوبة تخصيص وقت للذهاب إلى الأستوديو للتسجيل، بمعنى آخر: كتابة أو صنع فيديوهات .. إلخ، وقد ترجمت الاستعارة من الهواء الرقيق إلى طوب وملاط رطمي البناء من خلال بناء «أستوديو» بالفعل، وهو المكان حيث أكون في قمة إبداعي، وجعله مكانا جذابا هي الطريقة الوحيدة التي بها قاومت الرغبة في قبول اشتباكات الحديث في أماكن مثيرة مثل بالي أو سان فرانسيسكو أو إيران.

ولكن ربما تجد أيا من الأسئلة الأخرى أسئلة ثاقبة، فعلى سبيل المثال: فكرة التسجيل الأول للصوت، أو إعادة تسجيل الإسطوانة الفوتوغرافية بشكل متصل، فالكثير من الأشخاص لا يعكفون على نمطهم الخاص بالعمل الإبداعي؛ لأنهم ينتظرون ترك أطفالهم بالمنزل، أو ينتظرون أن يكون العمل أقل استهلاكا للوقت، أو ربح إلى نصيب المحير، وبمعنى أخر: انتظار God at في الموسيقي كثيرا ما يكون

التسجيل الأول للصوت هو ما ينجح، و«أغنية ديلان» مثل الحجر المتدحرج، تعد مثالاً واضح النسخة المطلقة، وليست المحاولة الأولى فحسب، وإنما لم يسمع الموسيقيون المرافقون أبدا النصف الثاني من الأغنية،وليس لديهم أدنى فكرة بكيفية إنتهائها.

> **جرب «التسجيل الأول للصوت»:**
> لماذا لا تجلس اليوم، وتجرب التسجيل الأول للصوت على أي فكرة لديك في عقلك: مقال، خطاب لشخص محبوب، لوحة مائية، أول درس بالجيتار؟ هناك سحر بالمحاولة الأولى!.

أود أن تكون قد تفهمت الفكرة إلى الآن، ولذا سأعالج الأنماط الثلاثة الأخيرة من الدعابة بشكل مختصر. يعني عمق النظر عبر الدعابة : البحث عن الحقيقة التي تتركها الرؤية الساخرة والموجزة للعالم، وعمليا يمكن أن تعني إدراك القيمة فيما يبدو أنه أساليب النشرة الصغيرة المجانية.

فعلى سبيل المثال: منذ بضعة سنوات كان من المتعارف عليه بالنسبة للمنظمات أن تقدم دوائر الجودة لمناقشة وتحسين الجودة، وإن المشروع الذي أعمل به مع زميل لي يبدو أنه يفتقد إلى حدة الإبداع، وخلال اللقاء فكر مليا ستجد أن الكيل قد طفح بي بسبب دوائر الجودة، فماذا عن مربعات الجودة؟

قال العميل: هذه هي! ، ويضيف العميل وهذا يصنع مربعا مع مجموعات الاهتمام الثلاثة الأخرى «نحن فعلنا، وهي عملت، وليست فكرة جديدة اليوم، ولكنها كانت كذلك في هذا الوقت، وبالطبع يمكن أن تساعدنا الدعابة ـ أحيانا ـ أن تتغلب على المشكلات والمصاعب كما في ملاحظة الكاتب «توني بارسوني»، وليس هناك في الجحيم إمرأة حقود مثل زوجة تحولت إلى سمينة.

السريالية الفوقطيعية، وهي: الارتباطات والتجميعات الغريبة، ووضعها في سياقات غير مألوفة، وما العنصران أو الثلاثة لمشكلتك التي بإمكانك أن تضعها جنبا



الجنب بطريقة غير معهودة؛ لكي تبتكر شيئا جديدا؟

في التكنولوجيا، واستخدام التفاحة عند الفنانين، والموسيقيين، والتاريخ الذي يتغير تدريجيا في فرق تطوير المنتج، يضيف شيئا جماليا للتصميم، وفي الموسيقي كان اتحاد Pet Shop Boys للفن المزدهر المتفق مع المهارات الصوتية للمغنية Dusty Springfield، كان فاعلاً بصورة مدهشة، وفي مجال العمل تجملك العلامات الساذجة والمضحكة على البسيطة تنتبه، وعلى وجه الخصوص أحب هذا الإعلان.



**«إن كنت تستمع بهذا، فلماذا لا تجرب منتجات اخرى مثل: الرمال، او اقواس قزح ».**

تستحوذ الدعابة على فكرة الطبيعة بشكل أفضل كثيرا من قائمة المكونات اللعبة التي بإمكانك أن تلعبها؛ لكي تمارس أسلوبك السريالي، وهي تلك اللعبة التي كنت أستمتع بها مع أصدقاء الدراسة، وكانت تسمى «تجاور» أو مجرد افتراض، ومن ثم تمرن على تجمعات الإبداع في كافتيريا، فعلى سبيل المثال: يبدو المرفأ Mole والبوصلات Compasses بحالة رائعة، وكذلك السدادة Plug والثور الأمريكي Bison، ولكن بطريقة ما لا ينجح الديك والجمل أو الفأر والببغاء تماما (وهذه هي أشياء حقيقية)، ولذلك فإن كل التجاورات ليست مفيدة، والتحدي هو جعل العناصر التي بينها صلات حماسية، وتحدث عن الدهشة، وكما في اسم كافتيريا لندن الحقيقية فالضفدعة وثوب النوم.

يمكنك توسيع هذه اللعبة إلى تجاور الأشخاص، والأفكار، والبيئات، والأشياء التي لن تكون معاشرين طبيعيين ـ فقط ـ افترض.

استخدام تخيلك، ومن ثم تتركك نكتة الببغاء (الذي يسميه الآخرون السيد!) مع عدد من الأسئلة التي لم يتم الرد عليها والمزعجة، وماذا بإمكانه أن يفعل؟ كيف تعرف الببغاوات الأخرى ذلك؟ وكيف ينظرون إليه بحق؟ وهكذا.



**وباختصار، فإن طرح الأسئلة غير المألوفة والتي تمدد العقل وتضطرك إلى استخدام تخيلك تعد آلية ذات قيمة في إعادة التفكير، وأفضل صياغة لها هي «ماذا لو».**

ماذا لو اضطررت إلى إلغاء هذا المشروع؟

وماذا لو كان علي أن أبدأ مرة أخرى من البداية، وماذا يمكن أن أغير؟.

ماذا لو لم أفعل شيئا؟.

خذ هذه الأفكار التي تمخضت، ومهما كانت تبدو سخيفة بالنسبة لعقلك المنطقي في جولة طويلة، وأنت تقوم بالفعل بابتكار كيمياء جديدة في مخك، والتجول في الطرقات التي قلما سافرت عبرها، وسيكون التفكير دوما أسرع طريقة..

**• فقط من أجل الاستمتاع بها:**

حينما يتم التعبير عنها منطقيا كهذا، يمكنك أن تفقد القيمة الجانبية للفكاهة في إعادة تخيل مشكلة، ونوع وفير من التفكير الذي يهرب من أي وعاء تحليلي تحاول وضعه به، وفوق كل هذا فالدعابة هي طريقة لاسترخاء العقل المركز الانتباه بشكل ضيق؛ لكي تسمح للبديهة أن تطلع إلى المقدمة. بمعني أخر، فهذا ليس مجرد آلية لحل المشكلة، وإنما وضع مختلف للمخ، الانفعال، وعلم وظائف الأعضاء، وهو مانح للصحة.

اللعبة لها قيمتها الخاصة، ولا تحتاج أن يتم تبريرها باعتبارها إضافة نفعية لأمر أكثر أهمية في العمل، ويوضح بحث حديث أن الطيور المغردة تغني بقدر أكثر من الدعوة العملية لإيجاد الأليف أو تعيين المنطقة الخاصة المسئولة عنها.

إن الاستنتاج غير العلمي تماما ربما يغردون ـ فقط ـ من أجل الابتهاج بها لا بد ألا يفوتنا فهم المراد منه.

وبشكل مشابه فإن المزيد من الضحك والدعابة هو من أجل الاستمتاع بها حتى رغم أننا نعتقد أنه من الهدوء أنه بإمكاننا إلحاق فوائد عملية، واستيفاء صديق تحليلي للغاية بدرجة كبيرة من التعاملات في نظام الصحة الهندي الطبيعي لـ Ayurveda ،

وبصرف النظر عن أسلوب الحياة والتوصيات التي لها علاقة بالحمية تلقى نصيحة ،جعلت أي شخص عرف هذا الرجل الجاد يضحك بصوت عال على امتلاكها، وكان يقول ببساطة: «اقرأ أعمالا كوميدية أكثر!».

وهنا الجزء الخادع: إذا كنت تعتقد أن هذه النصيحة تافهة، أو سخيفة ربما تكون من النوع الذي تحتاج أن تطبقها إلى أبعد الحدود.

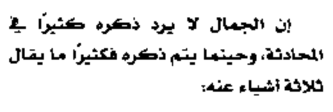
**جرب القراءة:**

لا أستطيع مقاومة اقتراح Puckoon لـ«سبيك ميلجان» أو الشرطي الثالث لـ«فلان أوبرين»، أو روايات the Blandings Castle لـ P.G Wodehouse ، أو Dirk Gentlys Holist Detectiue Aqeney لـ«دوجلاس أدمز» أو في حال عدم حدوث هذا، فقط جرب قراءة أعمال كوميدية أكثر!.

* * *

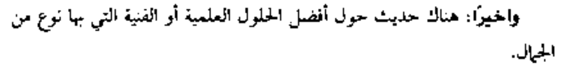



# جميل بلا تكلف



**إن الجمال لا يرد ذكره كثيرًا في المحادثة، وحينما يتم ذكره فكثيرًا ما يقال ثلاثة أشياء عنه:**

**الأول:** إنه في عين الناظر ، وعندئذ ربما يذكر شخص ما خطوط كيت حول كون الجمال حقيقة.



**واخيرًا:** هناك حديث حول أفضل الحلول العلمية أو الفنية التي بها نوع من الجمال.

ويبدو ذلك في الوقت الحالي مثل مناقشة فكرية نوعًا ما، أليس كذلك؟ المشكلة هي أنها نادرًا ما تحدث؛ لأن الملاحظة الأولى تعوق مزيدا من الاكتشاف، وكل ذلك نسبي، أليس كذلك؟، وهي ـ أيضًا ـ العبارة التي توقف المحادثة في تسلسلها، وفلسفيًا فهذا وضع صحيح يسمى: «المذهب النسبي».

ومع أن هذه الرؤية تشتمل على الحقيقة، فهي نهاية باردة ؛ لأنها لا تؤمن بأي فكرة بكون الشيء يعد بديهيًا أكثر جمالاً من شيء آخر، كما أنه شكل من «المذهب الفاشي الفكري»، ومن ثم انتصر تفكير «إما / أو» ؛ لأن هناك مقياسا مجردا للجمال يقيد تمخض أشكال جديدة، أو أن هناك حرية نسبية للجميع حتى أن أي شيء يحدث، فلا بد أن يكون هناك غرفة لإعادة التفكير.

**• البشاعة في التفكير:**

دعونا نبدأ بغياب الجمال – البشاعة ، وأريد أن أبدأ بالتفكير؛ حيث المكان الذي

تنشأ منه البشاعة في السياسة، أو الفن المعماري، أو البيئة، والآداب.

ولا أعني بـ«الأفكار القبيحة» تلك الأفكار التي تنحصر في العدوان أو العنف - فحسب - أو الحاجة للصدمة من أجل تدمير التركيبات القديمة، وإنما أعني: التفكير الذي يأتي عن مستوى سطحي وعارض للوجود، وسطح محيط شعورنا أحرى من أعماقه الساكنة.

إن البشاعة عابرة، ويمكن التخلص منها، ومخصصة لوقت محدود، وفي المقابل، فإن الجمال لديه المزيد من عدم وجود زمن محدد له، ومن اللاأبدية، ونادرًا ما يدفع بنفسه أمامك، ولكنه يستلزم تقديرا؛ لكي يتكشف فيك، وبالنسبة لك؛ لكي تصل إليه، وتعد الأسطر الشهيرة لـ«بلاك» الكائن؛ حيث يتعايش المحدود واللامحدود في وقت واحد:

«لكي ترى عالمًا في حبة رمل

وسماء في زهرة برية

تقبل اللامحدودية في راحة يدك

والأبدية في ساعة».

يأتي فهمه الثاقب من مستوى جميل في عقله؛ حيث يدرك كلا من القيم الظاهرية والأبدية، ولكن إذا كانت أبواب إدراكنا مغلقة؛ فحينئذ سيصبح «المذهب النسبي» هو العقيدة الراسخة، كما أصبح اليوم.

وأيضًا فإن البشاعة في التفكير قد تم إيداعها في مقام مقدس في طريقتنا في الحياة من خلال ما يصفه الكاتب والمفكر «إدوارد دي بونو» بكونه تفكيرا فقيرا لورثة المفكرين اليونانيين، وهو ما يسمي «سقراط» «أفلاطون»، و«أرسطو»: عصابة الثلاثة، فماذا فعل هؤلاء المفكرون معك ومعي؟ الكثير تماما وضع فكرة افتراضية في المقدمة، والتي يواجهها حينئذ نقيض، ويتبعها تركيب إنشائي يظهر في شكل غير سوي، وتم إثبات عدم شرعيته في الأنظمة السياسية، والقانونية والتعليمية، والطريقة الفعلية التي



تجري بها محادثتنا اليومية.

ولهذا، نسمع في البرلمان عضوا يقول: (فرضية)، فهل لا يفكر حضرة عضو اليمين في ولاية Penge أو أنه كان أحمقا / مرتشيا+أهوجا ،غير حكيم ، ويجب أن يستقيل على الفور؟

لا أعتقد أني بحاجة إلى الرد على حضرة العضو، فهو في الناحية الزرقاء، أما خصمه ففي الناحية الحمراء، وهما الاثنان يتفانيان في النزاع حتى النهاية حتى تغادر الحقيقة المبنى، وهذا هو السبب أنه حينما تستخدم الحكومات التعبير ـ دعونا نقيم مناظرة عامة في هذا الشأن ـ نحوز قلوبنا، وحينما نعلم أنه من غير المرجح أن نرى تركيبا مزجيًا في أي وقت على الفور، ونادرًا ما تتدرج، وتتقدم إلى ما بعد الفرضية، ورغم ما لهذا من هدف نبيل لحزب بكونه قادرًا على اختبار فرضية الحزب الآخر، وعدم فهمها بحسب قيمتها الظاهرية، فإن التأثير المعتاد هو ترك كل من الجانبين متحصنين بعمق في موضعهم الأصلي.

وهذا هو القبح في التفكير، ومن ثم فإن التعريف بمستويات العقل الأكثر سطحية وتسببا في الشقاق يتسبب في القبح في الطريقة التي تبدأ بها أدياننا وحكوماتنا الديمقراطية أن تتصرف في العالم رغم النماذج الرائعة لمؤسسيها.

إن التفكير الحزبي اللامتوازن معارض للأساليب المترابطة الكلية للوجود التي ترحب بتعايش المتناقضات مع بعضها في سياق، وأنظمة الاعتقاد، والأديان، وطرق الحياة، كما أن التفكير يسبق الفعل، ولا تستغرق الفرضية الخاصة بي وقتا طويلاً؛ لكي تصبح قبلة، ولا يستغرق نقضك للفرضية وقتا طويلا؛ ليصبح قاذفا للقنابل.

**• أنت هو ما تراه:**

إن كنت ترى القبح من حولك، فأنت تميل إلى أن تتصرف بطريقة قبيحة في بيئة رديئة، فسوف يميلون إلى اتخاذ الصفات المميزة للأشياء المحيطة بهم، وفي بعض الحالات تذهب إلى ما أبعد من ذلك، ولكن يحيطهم الجمال، وهناك نزعة للإبقاء عليها

وللشعور بالطمأنينة بداخلهم.

نشر العالم النفساني «برونو بيتلهيم» المدرسة الخاصة بالتكون القويم في جماعة شيكاغو من أجل الأطفال المشوشين انفعاليًا. وكان الجمال محكًا لكل شيء كان يحيط بهؤلاء الأطفال، وقد كان بالغًا كمثل امتلاك ورقة ذهبية على المداخل، وأزهار في كل غرفة.

والاعتراض المباشر على هذا المسلك من التفكير واضح، ولا نستطيع جميعنا أن نحيا في قصور (وكثير من الديكتاتوريين الملطخين بالدماء عاشوا في بيئات جميلة) كما أن الجمال الخارجي وحده لا يضمن اتساقًا داخليًا.

لكن في معايشتنا اليومية، لدينا الفرصة أن نسعى إليه، ونختار ونستمتع بجمال أكثر مما نتصور، وإن لم يكن لدينا رخاء في الدخل يسمح لنا أن نؤسس منازلنا بلوحات زيتية انطباعية وزهريات Ming، فعلى الأقل علينا أن نكون أكثر إبداعًا ولو بقليل حولها.

فلتفكر أولاً في فكرة أنك أنت ما تراه ، وإن القول الأشهر هو أنك ما تأكل، وبنفس الطريقة فقد جعلنا هذا مدركين بشكل متزايد إلى ادخال مواد سامة أقل إلى أجسامنا، ونحتاج أن نصبح على وعي أكثر بما نستوعبه بصريًا، ومن خلال حواسنا بشكل عام.

دعونا نبدأ بالأخبار، والتي أعتقد أنه لا يجب مراقبتها، وإنما يجب أن يكون هناك رقابة ذاتية، وإن وقع عمل وحشي مروع، فهل يساعد في أن ترى إعادة للمشهد مرات ومرات؟ لتسمع روايات شهود العيان حول الحادث يتبعها ساعات من حشو للوقت عن طريق المفسرين (الخبراء)؟.

ومن المثير للسخرية أن نفس مذيع الأخبار يمكن أن يقول: إن الإرهابيين مجانين بالقتل، وأنهم كذلك يسعون إلى إعلان قضيتهم، وحينئذ يعطيهم ٢٤ ساعة من التغطية الكاملة للأخبار، والكثير من الرعب ونحن نصمت لا يوجد ما يدفعنا إلى التحرك، وإنما نتجمد مثل الأرنب مضرب الأمثال في المصابيح الأمامية، وهذا هو

سبب تفضيلي سماع الأخبار في الراديو، أو في متحيز لمسلك ديلان، كما أني أفضل الأخبار القديمة؟.



**«لا بد أن نوازن مقدارنا اليومي المأخوذ من المعلومات والأفكار؛ لكي نكتب تغذية حقيقية، وما هو جيد بالنسبة للنفس الفردية جيد- أيضًا- بالنسبة للعالم».**

**• جميل ومفيد:**

وهذا يجرنا، وربما بصورة حتمية إلى تعليق «ويليام موريس» أننا يجب أن يكون لدينا في منازلنا ـ فقط ـ ما هو مفيد، وما نعتقد أنه جميل، ومن ثم انظر حولك: هل بإمكانك أن تقول ذلك؟ ومع أن الكثيرين يطمحون إلى الحصول على ممتلكات أكثر، فالمشكلة في العالم الأول هي كونك مشوشًا بالكثير جدًّا، والآلات كثيرة جدًّا تحتاج إلى صيانة، وهدايا كثيرة جدًّا ليست مطلوبة تزدحم بها منازلنا، ولدينا الآن برامج تليفزيونية تندد بجمع المال كإدمان، وتعرض مساعدتنا لإلقاء أشيائنا الخاصة خارجًا؛ لكي تنظم حياتنا، وهناك مستشارون سوف يساعدوننا في هذه المهام الدقيقة كما يبدو في الظاهر، ولا بد أن نقدم بها بأنفسنا.

وربما تقول في CV الخاص بك أنك تحب الأدب والشعر، ولكن متى كانت آخر مرة جلست فيها بالفعل وقرأت شيئًا أثر فيك وأصلح منك؟ أو قرأت قصائد بصوت عال كما هو مفترض، إما لنفسك أو لمجموعة من الأصدقاء؟

يطرح الشاعر والخطيب «ديفيد وايت» فكرة قراءة قصيدة في اليوم على مجموعات جادة من الشركة، وينصح بهذا.



**«تستطيع القيام بما هو أسوأ من قراءة قصيدة «روبرت فروست كل يوم» أو متى جلست أخيرًا؛ لتسمع كل ما يشتكي منه «القديس مايثو» في جلسة واحدة، والتي لا تقطعها اتصالات هاتفية أو التلفاز؟.**

ونفس الشيء صحيح بالنسبة للفنون البصرية، كما أود أن أستخدم جهازا لتسليط الضوء؛ لأوضح شريحة مختلفة من لوحة زيتية كبيرة على جدار غرفة معيشتي البيضاء كل أسبوع، وإن كنت أشعر بالاستعجال، فكل يوم أعرف أن هذا ليس نفس التأثير الأصلي، ولكن بالتأكيد فإن رؤية Poussin ، Fra Angelico تقر عيني وتريحها في الصباح أو حينما أعود من العمل إلى المنزل.

وهذه تشبه كثيرا فكرة «ويليام بلاك» للفن؛ حيث لا يجب أن تذهب إلى صالة عرض؛ لكي تراه، ولكنه يحيط بنا ويثري إدراكاتنا الحسية اليومية، وبعد كل ذلك فها هو الرجل الذي رأى زوايا في شجرة على Peckham Rye، وهي ـ الآن ـ منطقة مزدحمة في شمال لندن.



**«لكي تجد الشيء الجميل، فعليك بالاستعانة بشخص متحمس، وإن التكيف مع رؤية شخص آخر للجمال هي واحدة من أعظم فوائد الفضول والبحث عن الجديد».**

كثيرا ما نكون منشغلين للغاية بمحاولة نقل ما نجده دائمًا إلى الآخرين، وأفتح لكي تلقى أسلوبا، وسوف تجد مدى ممتد بشكل عظيم من الجمال قد انفتح لك ـ قمت بذلك في فن الأوبرا والأدب والشعر والموسيقى ـ ودائما لا أتوافق مع آراء أصدقائي، ولكن سياق عثوري بالمصادفة على بعض الهوايات التي لم تنفتح لي أبدًا من قبل.

يلاحظ «جون لان» في كتابه «عميق الغور للجمال الخالد» بأن الجمال ليس موضوعًا انقضى عهده، وربما تكون الكلمة ذاتها عقيمة للغاية حتى أنها لا تنقل تأثيرها على مشاعرنا، وهذا بسبب أنه في عصر «المذهب النسبي» الذي نحياه، وحتى افتراض أن هناك مراتبا في الجمال، يتم اعتباره أنه فرض من المدرسة القديمة، وتفكير مقيد، كما أن القول: بإن «رفائيل» أفضل من «باكون» أو حتى أن موسيقى Beatles أغنى من موسيقى Strokes يعد نظرة متأخرة، ومتخلفة، وفاشية، وحينما نشرع في مقارنة آرائنا على الجمال، فسريعًا ما ترتفع حرارتنا في منطقة طوق الرقبة، ولم نعد نقدر، وإنما ننتقد ونقارن.

لذا دعونا نوافق جزئيًا على الرؤية النسبية، بأنه إن وجد شخص ما جميل، فهذا واقع بالنسبة لهم، ولكن بينما هو من المستحيل أن نحصل على عصير من قشرة برتقالة، فهذا عمل أصعب بكثير. يمكنني أن أسمع لمحات من الجمال في موسيقى Gminem، ولكن بإمكاني رؤية كل مشاهد الآفاق في موسيقى «جون كولتران».

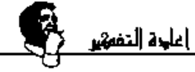
**الجمال الطبيعي:**

وبالطبع لا يتم تقديم كثير من الفن بهدف نقل الجمال بل هو لعدم، وللتعبير عن مشاعر، وانتهاك شيء محرم، أو إسقاط النظام القديم إن تعبيرها العصري في الموسيقى الساخرة، والفن الذي يمكن التخلص منه، والصور التي يحدثها الكمبيوتر وهكذا، وهذا ليس سيئًا بكامله، إذًا كان عصر النهضة مازال هنا، فربما يظل جوهر موضوع الطلاء محصورا على الدين التاريخي، وإن الاضطرار إلى تضمين الشيء الديني في وسع الفنون؛ لنقول: إنه ليس هناك مادة محظورة لموضوع، وهو سبب رؤيتنا تجهيزات الحمام وأعمال مصنوعة من روث الفيل في معارضنا الرئيسية، ولا بد ألا تقارن هذا بالآراء القديمة، والتي كثيرًا ما تكون متصلة حول «ماهية الفن، ولكن بدلاً من ذلك التفكير في كيف يجعلنا هذا نشعر إلى أي مدى يثير ذلك إحساس الجمال بداخلنا؟.

ومن ثم توجد طبقة أخرى من الجمال حينما يقترب مبنى، أو موضوع، أو فن نحت تنقسم الأعداد المتجاورة؛ لتنتج الجزء الذهبي ٣٤ / ٥٥ = ٦١٨ أو ٥٤ / ٣٤ = ١,٦١٨.

ويذكرنا الكشف عن الجمال الرياضي في الطبيعة بأن «الاختراع» هو إيجاد ما هو موجود بالفعل «الجزء الذهبي»، والذي يتواجد كمجموعة من النسب الطبيعية في الجسم البشري، وكان يتم استخدامه في تصميم معابد مثل: Parthenon، وبهذا المعنى الأعمق يمكننا أن نفكر في البحث عن الجمال باعتباره رحلة إبداعية تكشف الحقائق الأبدية حول عالمنا، فالجمال كالحقيقة والحقيقة كالجمال.

وكان لدى «لان» إعادة تفكير رائعة في هذه النقطة، فقد اقترح أننا لا بد ألا ننظر



إلى الطبيعة بوصفها إلهام الفنان، وإنها تنظر إليها بوصفها هي الفنان.

وربها يبدو معبد Parthenon بعيدًا عن السكن الداخلي بالمدينة، ولكن يمكن تطبيق مبادئ أكثر إبداعا حتى في السكن منخفض التكلفة، ففي( فينا) طلب من الفنان الغريب المختلفHunter wasser أن يصمم مساكن المدينة الداخلية، وأن يبدع مبان بديعة، تبدو كما لو كانت قد أتت من حكاية الجنية، وفي إنجلترا تم تصميم المنزل في Norfolf على المبادئ القديمة، والتي ربحت من منازل ومجمعات مكاتب، وفق تلك الفكرة القديمة للعرف الصحيحVastu .

يعتمد Vastu على التوجيه، والوضع، والمواد، والنسب الصحيحة، وهي ليست «صحيحة» وفقًا لأي قانون معماري يمثل ولعا يستحوذ على الناس لفترة قصيرة، وإنها لكونه مصطفا مع القوانين الطبيعية مثل: شروق الشمس وغروبها.

تؤثر علينا المباني، والنظرية هي أنه لو تحدى مبنى مبادئ طبيعية معينة، فسوف يكون له تأثير عكسي علينا، وإن مرض البناء السقيم ليس متعلقا بالجسم والعقل معًا، ومن ثم فإننا نعلم من التجربة أن بيئات معينة تؤثر علينا جسمانيًا بطرق سلبية، وحتى تعوق قدرتنا على التفكير بشكل واضح، وإن البحث الميدني يشير إلى أن الأعصاب في مخنا تتأثر بالبيئات المادية التي تحيط بنا، وحتى تشتعل بطرق مختلفة وفقًا لتوجيهنا للشمس، وكل ذلك يتم أخذه في الاعتبار في تصميم Uastu، وأنت تشعر أنك على خير ما يرام في هذه المباني، ويعمل عقلك بصورة أفضل.

وإن كان يبدو ذلك بعيد الاحتمال، فقط انظر حولك، فالمنازل التي تم تجميعها اليوم عن عجل كثير جدًّا ما تشبه lego؛ لأن تصميمها تقوده الوظيفة والاقتصاديات، وحينها تم وضع النوافذ في غير مواضعها الصحيحة كما هو معتاد لطمت مشاعرنا الفطرية بالجمال، فالمبادئ مثل المتوسط الذهبي، وهي نسب تسر العين والنفس بشكل غريزي؛ حيث إنها مؤسسة على نفس القوانين التي بها تم تصميم غالبية الكيان الجميل في العالم، وفي الجسم البشري تحتاج لإعادة اكتشافها ولو بمواد وآليات بناء عصرية.

كثيرا ما يقال:



إن النوافذ هي أعين المنزل، وهو مجاز قوي للطريقة الغير معتية واللامتوازنة، التي تنظر بها خارجًا إلى علاقاتنا بالبيئة، كما أن المزيد من الإحساس الداخلي المتجانس بالجمال هو الخطوة الأولى لبداية تقليل القبح الذي نراه من حولنا.

**حلول جميلة:**

كثيرا ما يتحدث العلماء عن «حلول جميلة»، وكان Einstein عالم البحث عن المعرفة في عالم البحث عن الجمال، كما تم اكتشافه في «النول المسحور» في مخنا، واللولب المزدوج للحمض النووي DNA جميل للغاية! وهكذا يصف العالم «جون سكوارز» التركيبات الرياضية للعلوم الطبيعية الرئيسية المعاصرة، وقد أقام عالم الطبيعة «بول ديراك» حججا بأن الجمال لا بد أن يكون المقياس الأول الذي نبحث عنه للكشف عن نماذج نظرية جديدة، ومن الملاحظ أن ربط «كيتس» بين الجمال والحقيقة، والذي كثيرا ما يتم نبذه باعتباره نزوة شعرية، وهو اكتشاف لحياة جديدة في الوافدات الفكرية للعلم القائم على التجربة.

يميل الحل الأجمل أن يأتي من المستويات الأكثر استقرارا وتوسعا - ويمكن حتى أن نقول الأكثر جمالاً - في عقلنا، ويمكن الوصول إلى هذا بشكل أسهل من خلال التفكير والتأمل الهادئ أو فترات الوحدة، وبإمكاننا أن نربط فكرة الجمال بالموضوعات اليومية عن طريق إدراك أنه يعني:

- **الأناقة**: هل هناك تناسق الجمال
- **البساطة**: ما هو اللفظ الذي يمكن أن تحذفه؛ لكي تجعل فكرتك أسهل؟
- **الطبيعية**: هل هناك دهاء يعيق توجيه فكرك؟
- **السعادة**: ما التأثير الانفعالي لفكرتك؟





**«التناسق في الهواء»:**

بكوني أسافر مرارًا عبر الجو، فمن الواضح بالنسبة لي أن معنى الجمال في فن الخدمة كثيرًا ما يتم تجاهله، وقارن بين خدمة التوصيل - النقل على الخطوط الجوية البريطانية - مع رشاقة المضيفات في الخطوط الجوية السنغافورية، فكلتاهما طائرتان تحت نفس الظروف، ولكن الاختلاف موجود طوال الوقت في صناعات الخدمة قد تكون إعادة تفكير رئيسية هي تدريب كل العاملين على جمال ورشاقة إنجاز الأعمال الأصغر، مثل: تقديم كوب من القهوة.

هناك معايير بإمكاننا أن نطبقها على مواقف واضحة مثل: بسط منضدة للضيوف أو حتى لك ولرفيقك، وهناك تجربة واحدة لحفل الشاي الصيني أو الياباني الأصلي، ولا حيلة لي سوى الأسف لغياب الطقوس في الغرب، وشعور فخر بطريقة ما في أسلوب ارتشاف الشاي من الكوب، أو الشيء الأسوأ الأواني الشنيعة؛ حيث إن المشروبات تأتي من ماكينات تقديم الشراب، كما أن التقديم فكرة لا بد من حظرها؛ لأنها تكاد تكون تتضمن دائمًا «توصيل الحل» الأكثر تكلفة وفاعلية حتى ولو كانت اللغة قبيحة.

لاحظ كاتب من الهند كيف يحتسي الشعب الإنجليزي شايا فظيما من أكواب بلاستيكية، وكتب إلى أسرته واصفا كيف كانوا فقراء في هذه الأثناء وقال: «هم لا يستطيعون تحمل شراء حتى أكواب ملائمة»، وهو لم يتحدث عن الفقراء بمعنى الفقر، بل الأحرى الفقر المقذع لحياة ناقصة بسبب نقص الجمال في طقوسها اليومية الصغيرة.

لكن ليس هناك من سبب لعدم تطبيق الأناقة، والبساطة، والطبيعية، والجمال لما هو سار في كل الأنشطة اليومية مثل: الرد على الهاتف، أو حرفة البريد الالكتروني أو طرح رسالة على شخص آخر، أو في العادات اليومية مثل: الترحيب بضيف أو تقديم وجبة.

**أنت كيفما تأكل:**

من المتعارف عليه بالنسبة لطهاة التليفزيون أن يحلفوا اليمين في المطبخ، وتجربتي أن وضع الشخص العقلي حينما يقوم بالطهي يجد طريقة إلى الطعام.

إن الظروف التي تأكل فيها يمكن كذلك أن تسبب استرخاء أو إثارة جهازك الهضمي، وإن وجدت نفسك تواجه حشو ساندويتش، فأنت تعرف ما سيكون.

حاول مرة واحدة على الأقل أسبوعيًا أن تتناول وجبة في صمت، واشعر بها من خلال حواسك قبل الأكل، وركز انتباهك على عملية الأكل فحسب، ومن ثم يمكننا أن نفكر في الأكل باعتباره مجرد تشرب للوقود الذي تحتاج إليه، أو باعتباره استيعاب أجزاء من الذكاء من البيئة، وعليك الاختيار.

ولم يتم التفكير في ميعاد أكلك بالقدر الكافي، وهل تريد أن تفقد وزنك؟ إن تناول وجبة مطبوخة في ميعاد الغذاء، وعندئذ شيء خفيف جدًا في المساء سوف يضع فرقا أكبر من الجميع باستثناء الرجيمات المفرطة التي يمكن أن تستمر فيها، وقد يكون ذلك إعادة تفكير رئيسية في يوم العمل !

إن كنت تعمل عملاً أكثر تعقيدا، مثل: ابتكار منزل جديد أو حتى بناؤه، فلا بد أن يكون الجمال مأخوذا بعين الاعتبار بقدر الوظيفة، وفي الواقع إن أصبت هذا بشكل صحيح، فلا بد أن يمتزج الاثنان، وإن تأكيدي على اكتشاف أو إظهار الجمال في الأشكال الطبيعية لا يعني: أننا لا نستطيع أن نغير التفكير أو ننتج شيئا جديدا يقترن بالأناقة والفاعلية، وكنت غير متيقن نوعا ما حينما يقول الناس: إن هذه القطعة من التكنولوجيا جميلة، ولكني رددت فعلا، فهو بالتأكيد ينتصر على مشغلات Mp3 الأخرى في الأناقة والبساطة، وكذلك في الطريقة البديهية الذي يعمل بها، وكوني قادرا على ضبطه بالإحساس في الظلام فهو انتصار للتصميم الذي ساعدني أن أغفر نواحي القصور العملية به مثل الحياة ضعيفة البطارية ،والميل إلى هزهزة المسارات أثناء

الحركة، وهذا المستوى من التركيز على التصميم الجميل سوف يكون العلامة الفارقة للمنتجات الناجحة – حتى منتجات أسواق الجملة – في المستقبل، وانظر إلى الأمام تجد إعادة الجمال.

**إعادة التفكير (١٦): أحط نفسك بالجمال:**

**الجمال هو مفهوم داخلي كما هو مفهوم خارجي.**



**«في الظاهر يمكن ويجب أن نعمل «ويليام موريس»، ونتأكد أننا محاطون ماديا بأشياء ومصنوعات يدوية للجمال، سواء أكان أسلوبك المفضل هو المعتدل أو المبهرج. والحقيقة في أنك ما ترى، تعني: أن عينيك لا بد أن تكون مشرقة بقدر الإمكان على الصور المرتفعة .**

يمكن أن تكون زهرية بسيطة للورود، أو استشهاد عظيم، أي شيء يشعل تخيلك الإبداعي، وبوجه خاص، فإن الصناديق السوداء وسوء الحظ والتكنولوجيا في منازلنا وأجهزة التلفاز، أنظمة الموسيقى، المبردات .. إلخ. لا بد من تلينها عن طريق الجمال الطبيعي للنباتات، وهذا ليس مجرد جماليات، فحينما تكون الأشياء «جمادا»، فهذا يعني أنها لا تمتلك عقل، بينما كونها في الجمال الطبيعي يعني أنه يمسنا عقل أو روح الأشياء الحية، ولاحظ «جانج» أنه ـ أحيانًا ـ ما تخبرك شجرة أكثر مما تقرأ في الكتب؟ .

| **الجمال في الوحدة:** |
|---|
| «في الوحدة نعطي انتباها شغوفا لحياتنا، ولذكرياتنا، وللتفاصيل من حولنا». |
| فرجينيا وولف |

لكن إذا كان الداخلي هو الأساس للخارج، فلا بد أن نهتم كذلك بالجمال، وبالافتقار إليه الذي نستوعبه في عقولنا.

والمذهب النسبي له مكانته، ولكن يجب ألا ننجذب إلى الموضة الحالية في الاعتقاد بأن شيئا له نفس قيمة أي شيء آخر، وأنه ليس هناك تدرج في الجمال.

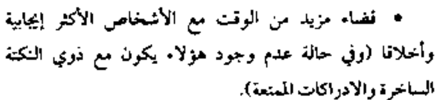
لا بد ألا يقرر الآخرون التدرج، ولكنه يعتمد على ما هو أكثر أبدية، وهذا قريب من رؤية «أفلاطون» للأشكال والصيغ البارعة، والتي يظهرها الإبداع أو يكتشفها بقدر ما يعمل، وبهذا المعنى، تعني إحاطة نفسك بالجمال، والبحث عن أفكار وموسيقى ومناظر تجعلك تلامس الحقيقة المتأصلة في الجمال.

**والمفتاح هو القبول:**

**اولا:** إن ما يدخل إلى عقولنا وأعيننا له نفس فاعلية وتأثير الطعام الذي نأكله، وإلا فسنكون فريسة لتطير المذهب المادي، الذي يبدو أنه أكثر صلابة وواقعية - جسمنا المادي - وهو بطريقة ما أهم من العقل والعواطف.

**ثانيا:** إدراك أن لدينا الخيار فيما نسمح له بالدخول إلى عقولنا، وهذا بالفعل أصعب مما يبدو عليه، حيث إن هناك الكثيرين ذوي مصالح مكتسبة في تأكيد أننا لا نملك اختيارا، وأن علينا أن نسمع رسالتهم؟ المعلنون، ومذيعو الأخبار، وتجار الأخبار، وجميعهم يصيحون بصوت عال لخطف جزء من عقولنا، وهو ما يسميه العارضون «حصة من الانتباه»، ولا عجب أن الصمت والوحدة نادرة الحدوث بشكل كبير للغاية في القرن الحادي والعشرين.

دعونا نفهم ما الذي نسمح به أن يترعرع في عقلك، والذي تسميه العالمة في جامعة أكسفورد «كاثلين تايلور»: «زراعة حديقتنا الخاصة بالاقتران الكروموسومي»، فهي تصف الفراغات بين أعصاب المخ والتي تتسع لمعتقداتنا وإدراكاتنا الحسية التي تشترط علينا الاستجابة بطرق معينة، وتشجعنا هذه الصورة الرائعة للحديقة العقلية على الهروب من غسيل المخ، وإبداع تربة خصبة لإدراكات جديدة في عقولنا.



**• تشمل طرق زراعة حديقتنا الداخلية:**

- قضاء مزيد من الوقت مع الأشخاص الأكثر إيجابية وأخلاقا (وفي حالة عدم وجود هؤلاء يكون مع ذوي النكتة الساخرة والادراكات الممتعة).
- رؤية الصفات الأسمى والأجمل في الآخرين.

- التوقف كثيرا لتأمل الجمال بإعجاب، وإيجاد إيقاع غير الساعة.
- أن تكون في الطبيعة بشكل أكبر، وإيجاد البقاع الجميلة بالنسبة لك وزيارتها مرات أكثر.
- الاختيار الأبدي على سريع الزوال.
- اكتشاف الجمال في طقوس صغيرة، وابتدأ ذلك من قهوة الصباح وإلى الطريقة التي تتواصل بها مع الأصدقاء والأسرة.
- استخدام الجمال كعصا قياس لأي ممتلكات تحوزها.
- البحث الدائم عن حلول أكثر أناقة وجمالاً.

وأكثر من أي شيء، فهناك جمال في التفكير في أنفسنا، وعدم القبول بالوسطية أو بمعايير أي شخص آخر، وإن خطأ التفكير الذي يسمح لنا بأن نكون محاطين بالكثير جدًا من القبح هو أن المتوسط معتاد نوعا ما، ووافق على ذلك، وربما تتوقف عن البحث عن مزيد من الجمال الذي هو ـ في نهاية الأمر ـ مزيد من الحقيقة .

* * *




## وقت القصـــــة!

**تحدث القصص تغييرًا افضل من الأفكار المجردة الجافة، فإن قيل لك: كن عطوفا مع الآخرين، فهل سيكون لها نفس القدر من التأثير كمثل الحكاية التي وردت بالكتاب المقدس عن السامري العطوف الذي يعبر الطريق؛ لكي يساعد شخصا معتلا؟ اشك في ذلك؛ لأنه في الحالة الثانية بإمكانك ان ترى بعين عقلك فعل عبور الطريق، فهو يثير استجابة أكثر قوة وعمقا، فالقصص عملية بدرجة أكبر من الوصايا الباردة.**

جميعنا نتأثر عن غير قصد بالقصص التي حكيت لنا، أو قرأناها أو سمعناها، وخاصة في أيامنا الأولى، والأكثر قابلية للتأثر، وقد جرب معظمنا الحياة الواقعية مثل: إخوان Grimm أكثر من ديزني، ورغم أن هوليود تعمل جيدًا في مستوى التسلية؟ فهي أقل فاعلية في إعدادنا من أجل الساحرة والمشعوذين والفتن الحقيقية التي نواجهها في حياتنا.

أعاد العالم النفسي "برونو بيتلهلم" البحث لمدة تزيد عن عقدين في تأثيرات قراءة قصص الجنية على الأطفال مع إزالة الأجزاء البذيئة منها، والكثير من حكاياتنا وأساطيرنا الأصلية لها تتابع مرتب بإنصاف، وهو يزعم أن هؤلاء الأطفال ينمون مثل البالغين أقل إعدادًا لمزاولة جلبة حياة الشخص البالغ.

والشيء الواضح هو أن القصص من الحكايات الأخلاقية إلى التعاليم الدينية

العظيمة تؤثر علينا بطريقة أعمق مما ندركها عن وعي .

ورغم المحاولات في عصرنا العقلاني لتحدي نطاق هذه القصص كخيال أو تسلية للتلاهي بشكل صرف، فإن هناك إحياء هائلا في سرد القصص في العقد الأخير، كما أن مجموعات سرد القصص التي أحيت الحكايات القديمة قد تزايدت في كل البلدان الغربية تقريبًا، وربما Gril de Coeur لغياب المعنى في المجتمع المنفصل عن القصص القديمة بفعل معايير ومقاييس العولمة وهيمنة التكنولوجيا.

• الهدف الأعمق للقصة:

من الواضح أن الحاجة للقصص تتجاوز رغبتنا للتسلية، ورغم أن هذا ليس للانتقاص من قيمة الحكاية العظيمة من ملك الخواتم « ويتم التعبير عنها بوصفها قصة خالصة لمؤلفها JRR Tolkie تفوز باستفتاءات الكتاب المفضل للقراء على الدوام».

لكن في بعض المجتمعات يعتبر سرد القصة الخيط الذي يعطي معرفة، وهوية ومعنى الهدف، وهو يكاد يكون هاما للحياة مثل الخبز ذاته، وهذا صحيح على وجه الخصوص في عرف رواية القصص الشفهي الأفريقي، وبينما ربما يعتبر البعض أن القصص بكونها شبيهة بالتطيرات فهي بذلك تحتاج إلى أن يتم إزالتها، أما «الكينية وانجري ماثيا» الفائزة بجائزة نوبل فلها وجة نظر أخرى تمامًا.

فهي تحتاج إلى إحساس شديد وفهم ثاقب كيف أن بيئة بلادها المهددة، والتنوع البيولوجي المختفي يمكن أن يتم حله ـ فقط ـ من خلال إحياء الإرث الثقافي لـ«كينيا»، والمعتمد على القصص القديمة؛ لأن جبل «كينيا» مثالا قويا على ذلك، ومن ذلك الجبل ينساب العديد من أنهار البلد، ولكن اتحاد الاحتطاب اللامسئول وتغير الثقافة والمناخ قد سبب تهديدا للبيئة، واعتاد جبل «كينيا» أن يعتبره Kikuyu مسكنا للرب، وربما يؤكد الرب أن كل شيء جيد ينساب إليهم، بما فيه الماء والأمطار النقية.

وهناك قصة أخرى يفرضها المبشرون، وتخبر Kikuyu أن الرب لا يقطن في جبل

كينيا، ولكنه في السماء، وتقول «وانجري» ثانيا: «إن السماء ليست فوقنا إنها هنا بالضبط؛ لذا فإن شعب Kikuyu لم يكن مخطئًا؛ حيث قال: إن الرب يسكن فوق الجبل؛ لأنه لو كان الرب موجودا في كل الوجود، كما يخبرنا علم اللاهوت، فإن الرب فوق جبل كينيا أيضًا، وإن كان الاعتقاد بأن الرب على جبل كينيا هو ما ساعد الناس أقول: إن هذا صحيح، وإذا كان الشعب مازال يؤمن بذلك، فإنهم لن يسمحوا بالاحتطاب الغير قانوني أو بالقطع الواضح للغابة».

وهناك ما هو مسمى باللغة البدائية لأهل البلد الأصليين المضادة لوصف العالم الأول لذاته باعتباره «متحضر» - هي تأمل أكثر واقعية ودقة لتعاليم المسيحية الأصلية، ويبدو أنه تم نسيان الوجود الكلي للرب؛ وفي الواقع دور الخالق ككاشف لتنوع العالم بصورة ملائمة، لرغبة في قصة محددة على وجه الخصوص للدين على الناس الذين يحتفظون بمعتقداتهم لقرون.

إن وجهة نظر «ماثيا» عميقة، وربما يكون إحياء الثقافات والقصص التي تقويهم هو الشيء الوحيد الذي يمكن أن يمنع تدمير البيئة، كما إن زراعة الأشجار بدون فهم السبب وراء ذلك هو سبب خاسر.

بدون إعادة كشف «قصصنا» الثقافية، وكيف تتلاءم مخاطرة حياتنا مع هذه القصة الأكبر، فجميعنا نخسر طريقنا وإحساس الهوية، وقد حدث ذلك في المملكة المتحدة بنفس الطريقة التي حدث بها في أفريقيا، وبالنسبة لنا فإن معدل الإنتاج يؤدي إلى ممارسات ضاغطة في العمل، وامتلاك المال وعدم امتلاك الوقت للاستمتاع بالحياة.

**• الحاجة إلى القصص:**

«احك لهم قصصا لا نعرفها، وطوال هذا الوقت ونحن لا نعرف! ولكنهم بحاجة إلى الحقيقة، وهذا ما يغذيهم، ولا بد أن تقص عليهم حكايات صادقة، وكل شيء سيصير على خير ما يرام، فقط إحك لهم قصصا».

**فيليب بولمان، تلسكوب الكهرباء.**

تنقل القصص معتقدات، وتدعم القيم التي تقود سلوكنا، ولكن هل يجب أن يحدث ذلك مع إعادة تفكير؟

فلنبدأ باستخدام القصة كمجاز، ونكتشف الأسطورة العطوفة التي ربما تظل حية عن غير قصد، وهل حياتك كوميدية، أو لا، تراجيدية، أو مزيج من الثلاثة؟ وهل تشعر أنك وضعت سلسلة من الأعمال المستحيلة مثل تلك التي واجهت هيرقليس، ولكن لسوء الحظ غير مجهزة بقوة احتماله، والاخفاق في التحدي الجوهري، فعلى سبيل المثال: التوافق مع الزوجة؟ (هل أنت حسن الحظ بالقدر الكافي؛ لكي تشعر بأن لديك كفيلة لطيفة ملائكية تبتسم لك، وتتمنى أن تمكث في المكان؛ لكي تساعدك في × عائدات الضرائب).

الآن ستكون نصيحة الاعتماد على النفس العفوية هي أن تخبرك أن تخرج عن القصة التي لا تستمتع بها، وتكتب مخطوطة جديدة! وبحزن، فهذا ليس سهلا كما استحوذت شخصية Chauncey «بيتر سلرز» بصورة موجعة للنفس في فيلم الوجود هناك، وبكونه مطرودًا من عشه، فقد ترك مع ريموت كنترول لجهاز تليفزيون، وحينما يلاقي قطاع الطرق المهددين، فإن اندفاعه هو أن يشير لهم بالريموت كنترول؛ لكي يغير القناة إلى برنامج مساغ بصورة أكبر، وهذا يشبه إخبارك باختيار اتجاه جديد، وهذا لا يحدث عن طريق الضغط على زر.

**• أكثر من استعارة:**

إن القصة تعطينا إطارا نابضا وغنيا بداخله التفكير في مجرى حياتنا، والكثير بنفس الطريقة أن حكاية السامري أكثر ارغامًا على أن تفعل الشيء الجيد، ومن الأمر النظري، فإن القصص محاطة بإحكام بداخلنا بسياج سلكي فهي تنقر في طرق الفهم البديهي للمجريات الدقيقة التي تنساب في حياتنا، فهي تتخذ شكلا مشابه للغاية في كل الثقافات طوال الوقت المسجل؛ لأنها تجسد الحقائق الجوهرية حول مخاطرة الحياة البشرية، وأيًا كان الأقرب للحقيقة يدوم.

ويجمع خبير علم الأساطير «جوزيف كامبيل» ذلك ببراعة في أسطره الشهيرة: إن المجسم الأخير لـ«أوبيدس» الرواية الرومانسية المتواصلة للجمال والدابة، يقف في هذه الظهيرة على جانب شارع ٤٢ والطريق الخامس ينتظر تغير إشارة المرور، دعونا نأخذ بعض الشخصيات البسيطة، مثل: «جاك» القاتل الجبار (وهو الرجل الصغير الذي يتغلب على النزاع الهائل)، والأميرة التي تحتاج إلى الإنقاذ (التي تم محاكاتها بصورة باهرة في فيلم Sherk)، وعروس البحر الصغيرة (التي تمثل ألم الحب غير المتبادل)، وما يستحق التفكير ـ أي من تلك الشخصيات يتماثل معك ـ ولماذا؟، ويواجه القدران المتضادان الترزي الصغير والاسكافي، ويبدو الترزي الصغير لا يتحمل المسؤوليات الدنيوية، ويخرج إلى جنود الشمس الساطع؛ ليقوم بتكوين ثروة، وفي عملية الماردون الماكرون الذين يفتكون بالعديد من الأعداء الأقوياء، ولكنه يجبر رغم ذلك.

وبشكل متناقض ـ دائمًا ـ ما يناضل الإسكافي؛ ليجعل النهايات تتلاقى، ومهما كانت صعوبة عمله يبدو غير قادر على إلباس أطفاله أحذية (للحذاء، اقرأ تعليم مدرسة خاصة آخر المدربين)، كما أنه قدر × الذي لا يجد وقتا أبدًا للاستمتاع بثمار عمله.

ما الذي تتوافق معه الآن؟ إذا فكرنا في حياتنا كقصة، وآمنا أن هناك شيئا ما من البطل أو البطلة بداخلنا، فحينئذ فهذا هو الجزء من طبيعتنا الذي نحتاج إلى تنشيطه؛ لكي يكسر الحكاية طريقنا، وهذا سحر حقيقي، وإدراك أن الحياة غير مضطرة لأن تصبح شيئا يحدث لنا بينما نحن منشغلين بالقيام بخطط أخرى، كما أنها استفاقة من نوبة المرض التي انسجت فوقنا، والنوبة التي أعمتنا عن إمكانية أن نكوّن ـ نحن المؤلفين ـ قصصنا الخاصة بنا.

**• كتابة مستقبلك:**

هناك مهمة كثيرًا ما يتم طرحها في مؤتمرات التنمية الذاتية أو حتى في المقابلات الوظيفية، ومن ثم عليك أن تكتب نعيك أو برؤية النقش الذي تود أن تراه على حجر

مقبرتك (إشارة عملية، فقط اكتب« صنعت فرقا» ، وسوف تنجح، أو إن كانوا يبحثون عن الدعابة حاول استخدام صيغة الكوميديان Spike Milligan: أخبرتك أني كنت مريضًا) .

فمن الصعب تخيل المستقبل، وهناك عمل لفنان بريطاني شهير «دامين هيرست» بعنوان «استحالة الموت في عقل شخص حي»، والذي يقدم لنا حجم المشكلة بدقة، ولذلك حينما جعلت أشخاصا يكتبون قصصهم الفردية اقترحت إطارا زمنيا يمتد من عام إلى عامين ابتداءًا من اليوم، وتكون حول ما هو قابل للتصور، وتمنحك الرغبة للهدف؛ لكي تعمل على تحقيقه.

والخطوة الأولى: هي أن تكتب قبل وبعد القصة، ويصف ما قبل القصة يوم في حياتك الآن؟ أما ما بعد القصة فيصف المستقبل المأمول، وأنا أقوم باستخدام فكرة القصة بشكل مبسط للغاية، أي: رواية ذات نصير ورحلة، وسوف ترى باختصار سبب كون هذا الأسلوب أكثر فاعلية من تدوين قائمة من الأهداف، وتلك هي قرارات العام الجديد، والتي كثيرًا جدًا ما تفتقر إلى الحماسة والتي تستلقي مستوية على الصفحة، وببساطة لا تريد العمل أيضًا.

ما هو مثال عن شخص ممن دربتهم (قصة حقيقية، ولكن تغيرت).

• **قصة فرانك:**

**في البداية** «فرانك ويلكنسون» هو مدير تنفيذي في مجال التسويق يبلغ من العمر ٤٣ عاما في شركة لبرامج الكمبيوتر مقرها الرئيسي في Maidenhead بإنجلترا.

«استيقظت في السادسة صباحًا قبل انطلاق المنبه بخمس وأربعين دقيقة، أو بالأحرى أيقظني لعب «جاسون» شديد الضجيج بألعاب حرب النجوم، ومناقشته العالية الصوت مع «إيما»، ومن ثم أكاد لا أشعر بأني نمت، وكان هناك خشية كبيرة من قيادة السيارة لمدة ساعة ونصف؛ لأذهب إلى العمل، وهذه المدة تشمل ٤٠ دقيقة في طريق متعرج بحركة سير ثابتة تقريبًا؛ لكي نصل إلى مدرسة «إيما» الخاصة.

أخبرتني «جين» - بينما كنت أرتدي ملابسي - أننا لم نقم بعمل صيغ إعادة الرهن بعد، وتذكرت أننا مدعوون على الغداء في بيت «راندل» الليلة، وبدلاً من عمل الجولة التي وعدت نفسي بها الليلة الماضية؛ حيث إني سقطت فجأة أمام الأخ الأكبر ووجدت نفسي أحكم في نزاع بين الأطفال، وأحاول أن أركز على الأعمال الكتابية البنكية غير المفهومة بينما صارت قهوتي باردة، وفي الخارج - لكن تمامًا كما بدأت - تذكرت تقديم عرض «الباور بوينت» لفريق الإعلان، والذي تركته على سطح مكتب جهاز الكمبيوتر في غرفة احتياطية، وبعد ذلك بعشر دقائق ومع تضجر «إيما» بسبب تأخرها على المدرسة (مرة أخرى) ركبت سيارتي، وأدركت أني لم أقبل «جين» مودعًا إياها.

وصلت إلى العمل - متأخرًا نصف ساعة- وأخبرتني السكرتيرة أن هناك ٤ مكالمات هاتفية وستة رسائل عاجلة عبر البريد الالكتروني، وبها واحدة من عميل كان يجب أن أرد عليه الليلة الماضية.

وطوال النهار أدركت أني أعمل على عجل، وكان الغداء مجرد ساندويتش على الطاولة؛ حيث كنت أحاول أعيد بعض النظام إلى يومي، وقد تم استدعائي إلى اجتماعين لبحث الأزمة، وقاطعني الرئيس ثلاث مرات بينما كنت أحاول إنهاء عرض لمؤسسة التسويق التي يجب أن أسلمه غدًا ،مكثت لوقت متأخر أحاول إنهائه، وقد استغرق هذا أكثر بكثير مما خططت له بسبب مكالمات هاتفية غير متوقعة، وحينئذ تذكرت دعوة «راندلز» ومن ثم أسرعت الخطى إلى ساحة وقوف السيارات بدون العرض، فرجعت ركضًا لأخذه، وحينها وجدت نفسي ضمن خمسة وعشرين من المغادرين المتأخرين.

ولدى عودتي إلى المنزل مشحونا ومحبطا وجدت «جين» تعرض عني؛ حيث كان لدي خمس دقائق لتبديل ملابسي قبل الذهاب لدعوة العشاء التي لا أريد الذهاب إليها، وقد قضيت معظم الخمس دقائق أدفع مرتب جليسة الأطفال، ولم أترك لنفسي وقتا لأقول مساء الخير لـ«جاسون» و«إيما».

وبينما كنت أذهب للنوم، ظللت أفكر في العرض الذي لم ينته، وعقدت العزم على الاستيقاظ مبكرا، وكنت أعرف في صميم قلبي أني لن أعرف.

ومن الواضح أن هناك كثيرا يحتاج إلى تغيير أو إعادة تفكير عند «فرانك»، ومن ثم فإن لدينا ـ أنا وأنت ـ منفعة، وهي رؤية عين الطائر، ومن الممكن أن العضلة يكون فيها تغذية مرتجعة أو نصيحة مفيدة، ولذلك فإن ميزة كتابة قصة اليوم هي أنك تكتسب رؤية الأجنبي في حياتك، وبهجرها نفقد مقدارا كبيرا من النصيحة التي يمكن أن تقدمها لفرانك، والتي من المحتمل أن يقدمها لنفسه، ولكن حديثه الداخلي من المحتمل أن يشوشه قدر كبير من عمل التغييرات «نعم ، ولكن» التي يعرف أنه يحتاج أن يعملها، أو كـ«ساه ويلد» والذي لديه تعبير لهذا:

«كثيرًا ما أمر على نصيحة جيدة، كما أنه الشيء الوحيد الذي يجب أن أفعله معها، فهي ليست لها أي فائدة لي».

لذا فبدلاً من إسداء نصيحة لـ«فرانك» جعلته يعطيها لنفسه عن طريق تدوين عناصر الحياة التي يريد أن يعيشها في خلال عام، وحينئذ نسجها داخل اليوم في قصة الحياة.

**قصة فرانك المستقبل:**

«إنها تمام السابعة والنصف صباحا، وأنا أضع ابني وابنتي في السيارة للذهاب إلى المدرسة، وكثير من الآباء يجدون هذا أمرًا ضاغطًا بالنسبة لي فهي فرصة لمشاركتهم الآمال والاهتمامات اليومية في رحلة مدتها خمس عشرة دقيقة، وليس مجرد التمتع بوقت المنزلة الرفيعة الذي يمكن أن يصبح غير واقعي، ولذلك أنا سعيد للغاية؛ لأننا قررنا نقلهم من هذه المؤسسة الممتازة نظريا، ولكنها تبعد ساعة عن المنزل، كما أن إحساس الجماعة الذي نتقاسمه مع أصدقائهم ومع الآباء الآخرين هو المكافئة الأكبر.

وكان هذا جيدًا ـ أيضًا ـ بالنسبة لـ«جين» زوجتي، فقد كانت تستقبل سيارات الأجرة بشكل أقل، وكانت تقوم بذلك بنفسها، وعادت لتبدأ عملها ثانية - بعض

الوقت بالتأكيد - كنتيجة في محطة إذاعية محلية، وقد جعل التحرر من الركض إلى المدرسة في الصباح من الممكن بالنسبة لها أن تقوم بعمل المظهر الخارجي مبكرًا في الصباح.

وحينما غلب النعاس «إيما» و«جاسون» (وقد نسوا - لا كالمعتاد - لكن ليس هناك هلع) كان لدي عشرون دقيقة أخرى أصل فيها إلى عملي في شركة برامج الكمبيوتر؛ حيث أعمل مديرا للتسويق، كما أنه وقت تشغيل الشريط الياباني، وحسنا، فلقد تعلمت - فقط - أساسيات المحادثة (الفعلية) حتى الآن، ولكن حينما أكون في أوروبا فهذا يعد نجاحا باهرا بالنسبة للعملاء، وكذلك فهذا قد أعطاني فهما ثاقبًا وسحرًا حقيقيًّا بثقافتهم، وهذا أفضل من أن تصيبني الأخبار في المذياع بالاكتئاب.

وحينما وصلت إلى قاعة الاستقبال قابلتني Debbie بابتسامة دافئة ورحبت بي، وهذه الفكرة التي أطبقها عمليًّا عن كيفية إمكان أن نصنع مكانا عظيما للعمل، فقد انمحت لدى معظم الناس - وليس جميعهم - وهناك طنين وطاقة في محيط المبنى الذي لم يكمل عامه الأول لدينا، وهو ما يساعدنا خلال الأيام التي لا نفع فيها أيضًا.

أتذكر حينما قرأت كتابا حول إدارة الوقت، والذي يقول: إن كيفية بدايتك لليوم ضرورية؛ لكي تجعل بقية اليوم تسير بشكل جيد، ونحن نبدأ باجتماع للفريق لمدة عشرين دقيقة، ولا يقاطعنا سوى الرئيس، و؟ ... بأحد أحاديثه الصاخبة!

يشارك غالبية الفريق في الاجتماع، ولا أقول إنهم قد تجمعوا قبل الوقت الذي يغادرون فيه، لكن على الأقل فإن مكوثهم في حالة تلامس كهذا يعني أن هناك استشعارا بالهدف خلال النهار، واتصالات أكبر بعدد أقل، ومن المفيد بشكل واضح أخذهم - أي الشركاء وكل الأشخاص - إلى ذلك الفندق الرفيع المستوى في البلاد لدراسة أهدافنا المشتركة ومعنى الغرض.

وفي الصباح يكون الضغط المعتاد وفي مرات من رسائل البريد الالكتروني،

واجتماعات عبر الفيديو، ومكالمات هاتفية، ولكن بحلول ١٢,٣٠ أقضي حوالي نصف ساعة يتصبب مني العرق في غرفة صغيرة للألعاب الرياضية بالشركة، قررنا أن نقدم بها طلبا، ونستمتع بغداء مطبوخ في مقهى أسفل الطريق، وكل تلك القرارات التي اتخذتها بشأن جعل معدتي مسطحة قد تم انجازها في النهاية.

وبعد الظهيرة تكون اللقاءات، ولكن الواقع بأني أغادر حتما في تمام الخامسة والنصف إن لم يكن هناك طارئة تستدعي تركيزي، وكذلك فهناك احتساب لدرس تعلم الجيتار، وهذه واحدة من تلك الأشياء التي كنت دائما أنوي القيام بها، وقد وجدت دورة دروسي أسبوعية، وهذا يعني: أني أستطيع على الأقل أن أسعى إلى تعلم تلك الأشياء الشعبية المفضلة (النسخ الأصلية للغاية) مرتين أو ثلاثة أسبوعيًا في منزلي، وهذا يمنحني إشباعا بقدر كبير، ورغم عشر سنوات من عمري أضحك على المرة الأولى التي سمعتني فيها أكذب على نفسي في Scarborough.

وقد أصبحت ـ الآن ـ أحضر وجبات المساء مع أسرتي، كما أن الطقس ضروري في حياتي، وقد هالني أنا وزوجتي عند تناول العشاء أمام التلفاز الحياة الأسرية المقسمة في غالبية المنازل، وتناول الأسرة للأكل يعد واحدا من الذكريات الجيدة التي نتقاسمها منذ نشأتنا، وحينما شرعنا في هذه العادة لأول مرة منذ عام مضى تأوه الأطفال وخاصة حينما نضع قواعد مثل عدم اللعب أو مشاهدة التلفاز، وفي الحقيقة إن وضع التلفاز في غرفة اللعب هو واحد من أفضل القرارات التي اتخذناها، وكذلك عدم الرد على الهاتف أثناء العشاء، مازال ابننا المراهق متحمسا للهمهمات والمراوغات، ولكن تدريجيًا تعلمنا كأسرة أن يكون بيننا نوع من الحوار الأكثر صحية بقليل من اختلاف Big Brother .

وبعد العشاء ذهبت مع «جين» في جولة، ونعلق على اليوم، فهي مرة من المرات القليلة التي نكون فيها سويًا وبمفردنا ونكتشف ما الذي يجري مع كل منا، وننصت ونخطط ونحاول أن نمتنع عن السخافات الصغيرة مثل: الفواتير، الاجتماعات، مواعيد العشاء، وراحة أحد الجانبين، وقد جاهدنا من أجل إبعاد الأطفال عن التلفاز والبلاي ستيشن، وقضاء بعض الوقت في قراءة بعض الأشياء المسلية لبعضهم البعض

من الجرائد اليومية لمدة عشر دقائق أقضيها في العزف على الجيتار، وأكون جاهزا للنوم، ومع ذلك فإنه ليس يوم الخطاب الأحمر، ولكنه يبدو مكتملا نوعًا ما بالنسبة لي.

إن الشيء الذي يثير الاستغراب هو أنه كلما أطلب من أفراد أو مجموعات أن يكتبوا قصصهم تبدو نسخة اليوم ـ دائمًا ـ وكأنها تتصبب سلبية لم أقل أن تكتبوا حول مشكلاتكم ـ فقط ـ تكثيف ما بعقلك إلى يوم، وقيمة ذلك تعد كافية وتسمح لهم بتذوق الموضوعية، ومن المعهود بدرجة كافية إحداث فرق ضخم، فالطريقة العملية لتطبيق حقيقة البعد مدعاة للنسيان، وباستخدام مرآة القصة تظهر الكثير من إحباطات واستياءات الكاتب على نحو أوضح من سابق.

إن الافتراض وراء قصة المستقبل هو أنها ستكون أكثر إيجابية، وقد لاحظت على نحو يدعو إلى الغرابة أن حتى هؤلاء الأشخاص الذين لديهم موقف متشائم في العادة تجاه الحياة، يبدءون في رؤية احتمالات وربما يعتبرونها قريبة من المستحيل إن سألتهم على سبيل المثال عن: كتابة قائمة بالأمنيات حول شكل الحياة التي يبغونها ـ ومازال لدينا اشتياق إلى المدن الفاضلة ـ رغم ما تعرضت له من وابل من الأسئلة بسبب الأفكار الوسواسية للكتاب وصانعي الأفلام بالمدن الفاسدة.

هناك شيء غريب يحدث إنها عملية مألوفة لدى معظم الكتاب حول اليوم الجديد بمجرد أن تبدأ بالكتابة، يكون الأمر كما لو كانت القصة تكتب نفسها.

في البداية على نحو متقطع، وحينئذ بشكل أكبر من الانسياب؛ حيث إن النزوع الأولي إلى الشك، والذي يعد شيئا شديد الاهتياج عند الشروع في البدايات يتلاشى، والأفكار التي لم تقرأها حينما تشرع البداية في البرود، ووصيتي الوحيدة هي تضمينها (الأفكار) في المسودة الأولى تاركا إياها أن تقودك إلى حيث ستذهب.

إن المثال الذي تراه هو النسخة الأكثر ترتيبًا لمحاولة «فرانك» الأولى، وقد تم حذف بعض النكات والإشارات الشخصية؛ لأنها شخصية جيدة تمامًا مثل قصتك .

**• تقنية قصتك:**

يمكنني ـ تقريبًا ـ أن اسمع اعتراضا في عقلي، ومن الجيد جدًّا أن نكتب القصة، ولكن ماذا عن العالم الحقيقي؟ جميعنا يعلم قرارات العام الجديد الفاشلة، ولهذا فقد ركزنا على ذلك في قسم إعادة التفكير.

وسوف تقول: إن براعة كتابة القصة هو ـ حقًّا ـ شيء واحد يحدث في آن واحد أوافقك، ولكن ما جربته هو شيء يستدعي الانتباه نوعًا ما كما أن مجرد امتلاك النية لجعل حياتك تسير في هذا الاتجاه الجديد يجعل عقلك ينفتح على فرص أكثر تلقائية ، ورغم أني أوافقك في أنه بدون الفعل، فستكون القصة مجرد خيال، فلا تستهين بقوة «رؤية» مستقبلك المأمول يترتب بهذه الطريقة.

أشجع كل كتاب القصص أن يتخلصوا من الحدود وأن يجعلوا رؤيتهم قابلة للتحقيق؛ لأن التمييز بين النصيحة التي تقيد الكاتب وتلك التي تمنعه أن يكون غير واقعي تمييز دقيق، ولكنه يحتاج إلى رسم، وهل من المرجح أن تنتقل من كونك مباكا إلى فائز بجائزة نوبل في غضون عام؟.

إن السبب الرئيسي الذي يجعلنا نقرأ أي قصة هو أن نصبح قادرين على اكتشاف ماذا سيحدث لاحقا؟ فقد تحولت قصة «فرانك» إلى (تخمين) أن يتم تحقيق ٧٥٪ منها بعد عام، وقد قام بتغيير كبير في مدرسة الأطفال، وأصبحت حياته الأسرية أفضل بشكل ملحوظ، ولكن لكونه يغادر العمل دائمًا في الخامسة والنصف، وأخبرني أنه حقق ـ فقط ـ نجاحًا جزئيًّا وقت كتابة قصة أخرى؟.




**«وبالطبيعة، فإن قصة «فرانك» ليست ممتعة مثل قصتك تقريبًا؛ لذا اقرأ التعليمات العملية في قسم إعادة التفكير قراءة عملية، وابدأ! ولكن هناك تحذير، ورغم أنك ربما تحتاج في النهاية إلى مناقشة قصتك مع شخص آخر - فقصة «فرانك» لم تنجح بدون تبادل الآراء والملاحظات مع زوجته وأطفاله - فكن حريصا على من تعرض له قصتك، وإن كلمة «تعرض» تم اختيارها هنا بعناية.**

إن أحلامك ـ وإلى سن النضج ـ تحتاج إلى فترة من التحضانة، ومن ثم اتركها طويلاً وضعها وشكلها معًا، ولكن اكشف عنها فورًا، وسوف تصبح بطريقة ما بيضاء، وضعيفة، وبالطبع، إياك وقتلة الأحلام فهؤلاء الذين لا ينصتون إلى كلمات Yeats، ومن ثم «اخطو برفق بدلا من أن تدوس على أحلامي».

**دع أفكارك تتطور!**

أبدى عازف البيانو والملحن البارع «أندريه تشيكافسكي» ملاحظة عظيمة حول العملية الإبداعية الخاصة به، فقد قال: إنه إذا كان يعمل على فكرة جديدة وتشارك فيها مع شخص آخر فورًا، فإن الأمر يكون مثل إدخال الضوء إلى فيلم مبكرًا جدًّا، ومنعه من التطور، وهذه النصيحة كانت غير ذات قيمة بالنسبة لي من جهات عديدة، وحينما سمعت نفسي أتكلم بسرعة إلى أشخاص لا يستوعبون حول فكرة جديدة شعرت بتأوه داخلي لاشمئزاز ذاتي بأنه من المرجح أنها لن تحدث .

إن المقطع الختامي لهذا الفصل يأتي من الحكمة الخبيئة للموسيقار والملحن «أندريه تشيكافسكي» أنها مثال لكيفية إمكان أن تكتب قصتك حتى بعد الموت فقد ارتأى «أندريه» طموحا طويل الأمد في أن يكون ممثلا لأعمال شكسبير، وكان ـ دائما ـ ما يتمنى أن يطأ بقدميه على خشبة المسرح في مسرح شكسبير الملكي في Stratford–on– Avon ، وفي وصيته قرر ترك ميراث رأسه.



**«فكر في الاحتفاظ بنسخة خاصة من قصتك، او ابدا في اتخاذ الخطوات الأولى لإظهارها قبل أن تريها للآخرين، وإن إعادة التفكير في حياتك حتى ولو في تفاصيل دنيوية، وهي عملية شخصية للغاية من تنشئة الوضع الداخلي لعقلك؛ لكي يؤثر على سلوكك الخارجي إنها حياتك، وإنها قصتك».**

**• إعادة التفكير (١٧): كتابة ومعايشة قصتك:**

**التعليمات، الجزء الأول: قصة اليوم.**



**«اعثر على مكان هادئ وخاص وابدأ تدوين مكونات حياتك - العمل، الأسرة، السعادة، التنمية الذاتية - كما تراها اليوم، وفي البداية جمع رؤيتك عن الحياة في قصة «يوم في الحياة».**

وبشكل أكثر أهمية لا تفرض رقابة على الأفكار التي تتوارد إلى رأسك ضعها في المسودة الأولى؛ حيث يكون أسهل عادة أن تشرف على التحرير من أن تكتب بالتفصيل، وتذكر أن ذلك بدلا من أربعة عيون، فعلى الأقل في هذا الوقت، وبالتالي فالرقابة ليست مطلوبة، ومن ثم هناك صعوبة أكثر مما يبدو عليه الأمر، وإذن فالخدعة هي أن تواصل الكتابة! وعادة ما تكون صفحة أو اثنتين كافيتين.

أنت ـ الآن ـ لديك نوع من المرآة يسمح لك بالوقوف خلفا، والنظر إلى نفسك أثناء أدائك للتفكير أو الصورة المتجمدة، ومن ثم التقطها وتأملها بهدوء في اليوم التالي أو بعدها بيومين.



**اسأل نفسك:**

- هل تعرف هذا الشخص؟
- ما هي التغيرات أو التحسنات الواضحة التي أود عملها في الطريقة التي أسير بها حياتي؟
- هل أنا مستغرق بدرجة كافية في علاقتي مع هؤلاء الأشخاص الأعزاء بالنسبة لي؟
- هل أحيا الحياة الإبداعية التي يجب أن أحياها؟
- هل أكتب هذه القصة أو أن الأمر يبدو كما لو كانت هناك مخطوطة كتبها لي الآخرون، أو الظروف؟

إن السؤال الأخير هو الأكثر أهمية، فإلى أي مدى تعتقد أنه بإمكانك كتابة مستقبلك، وما هو العامل الأهم لإدراك ذلك؟ كما أشار «هنري فورد» ذات مرة إذا كنت تؤمن أنك تستطيع، أو تؤمن أنك لا تستطيع، فمن المرجح أنك على صواب!.

إن قصة «فرانك» في الجزء الأول من هذا الفصل كانت سلبية على الأغلب في هذه المرحلة «القبلية» وهل قصتك ـ أيضا ـ كذلك؟ إن كانت كذلك لا تقلق؛ حيث أنها حبة الرمل في المحارة، والتي يمكن أن تحثك على تغيير قصتك.

**• التعليمات، الجزء الثاني: قصة المستقبل:**



**«الآن يمكنك كتابة المستقبل كما تتمنى ان يكون».**

ليس كأمل خائب أو بالمعنى المبتذل لكتابة نعيك، ولكن في شكل ملهم، وممكن تحقيقه وأنت تقوم باختيار مقياس الوقت، ولكن من واقع خبرتي التدريبية أقترح أن المدة الواقعية ما بين ٦ إلى ١٨ شهرا، وليست خطط الخمس سنوات، أو على الأقل ليس في محاولتك الأولى.

لا تنظر إلى قصة اليوم، كما أنها بالفعل في عقلك، ويمكن أن يجذبك التركيز الشديد عليها إلى الوراء؛ حيث الصعوبات الجارية.

ابدأ بتدوين التغييرات التي تأملها، وها هي قائمة مفيدة:

- التنمية الذاتية.
- الإنجاز.
- الوظيفة / المهنة / الإنجازات.
- العلاقات – الأصدقاء والأسرة.
- أسلوب الحياة.
- مواصلة أهداف الخيال (الأهداف التي تجمع الغبار في سقف عقلك!).



**وحينئذ، اكتب يومك في الحياة مرة أخرى، والأفكار الأهم هي:**

- اكتب الشخص الأول.
- انسخ التغييرات التي وضعتها في قائمة، ولكن استحوذ على الجديدة منها.
- اجعلها سهلة التحقيق، وتخلص من العوائق.
- اعمل بصورة مازحة.
- لا تقبل بتسوية القضايا الهامة بالفعل.

استخدم نفس مبادئ القصة الجارية، وأعد الزيارة، وأضف إلى الرتب (ولكن ليس بقدر كبير جدًّا)، واسمح بتحضين الموضوعات في عقلك، وتذكر التحذير من عدم إدخال الضوء إلى الكاميرا مبكرًا جدًّا، واعتن باختيار من تناقش معه قصتك، وفي أي نقطة يكون عندها النقاش صحيحًا.

الآن أنت مستعد لأن تبدأ في إخراج قصتك إلى الحياة، ولكن حتى قبل أن تبدأ في العمل كن مدركًا؛ لأن الحكاية قد بدأت بالفعل في العمل في عقلك، وإن كانت نيتك الأعمق هي أنه بإمكانك تحويل الشيء المثالي إلى شيء واقعي، فتبدأ فورًا في ملاحظة الأنماط التي تريد تغييرها، وسوف تبدأ فرصا جديدة في أن تمثل أمامك، كما أن عملية ترجمة إعادة التفكير إلى فعل تبدأ في حال وضع القلم على الورقة.

**● معايشة قصتك:**

دعونا نعود إلى المجاز الثري للتفكير في حياتك بوصفها قصة، وبوجه خاص قصة اللب الصميم أو الأسطورة الأحادية المألوفة بديهيًّا، والتي برزت في كل الثقافات في كل الأزمان، وفي هذه النسخة المبسطة، فإن المراحل هي:-

- الضالة المنشودة.
- السرد.

- مجابهة العقبات: الأسحار، والعفاريت، والجبابرة.
- إيجاد عوامل مساعدة: أسلحة سحرية، ورقي، وحلفاء.
- تحقيق الضالة.
- العودة إلى البيت بالهبة.
- الضالة المنشودة.



**«إن الأسئلة التي تتوارد إلى العقل حينما نفكر في الضالة هي:**

- هل لديك ضالة منشودة واضحة أو سلسلة من الضالات في حياتك؟.
- ما هو كأسك المقدس؟ .

وبمعنى آخر: ما هي الطموحات الأسمى التي لديك ــ والتي تركتها مؤقتًا ونسيتها حتى ولو لعقود، فأين أنت ــ أسلوب القصة في هذا الفصل من أجل الفوز بغيتك، وبطموح- من قصة فرانك؟، فقد كانت قصته أكثر من تحقيق هدفه الأسمى.

وهذه الخطوات لكتابتها هي نفس الخطوات، ولكن الأسئلة التي توجه قصتك ستكون أعمق، وأمثلة مثل:

- كيف أرى الحياة التي أعرف أني يجب أن أحياها؟.
- ماذا يعني أن تعيش بشكل أكثر إبداعًا؟.
- ما هو هدفي في الحياة؟.

وهنا ربما تحتاج أن تطلب مساعدة؛ لكي تخرج من قيدك، فأنا عجوز للغاية، والوقت متأخر للغاية، ومثال للأشرطة التي ربما تعبث بعقلك، وهذا سوف يمنعك من مجرد السرد.

ورغم ذلك حذار من فخ الشهرة ليلاً، ومشاهدة البرامج التليفزيونية Pop Idol،

the X Factor وما شابه، ويستوقفني يأس الناس من النجاح، وكيف يكون مستخدمين الكلمة ذات القيمة الأقل في مزاج من اليأس، وحتى ولو كان تفكيرا إيجابيا يائسا، والنوايا التي تنضج إلى عمق بعيد في عقلك.

إن الوسائل الأخرى التي بإمكانك استخدامها لتوضيح بغيتك ــ لتصورها أو رسمها ـ ناقشها مع ناصح أو شخص أعلى منك، و من ثم فإن الأمر يشبه CV الخاص بك، ولا بد أن يجعلك تتذلل قليلاً؛ ولكي تكون أكثر إفادة أن تعمل قائمة بالمهارات والقدرات الوظيفية التي تقوم بها الآن، وسوف يمنحك هذا زاوية جديدة تنسجها داخل قصتك.

• السرة:

يكون هناك فرع عند بداية أي شيء، والخدعة هي عدم التأخير حتى تكون الظروف مكتملة، وإن الشيء الجوهري لقيامك بالخطوات الأولى تجاه النجاح هو طبيعة وضعك والطاقة التي تقذف بها إليه.

الأدوار التي يلعبها الأشخاص:

| | + | |
|---|---|---|
| الالتزام | المشاهدون | اللاعبون |
| | الميت المتجول | المستهلكون |
| | − الطاقة + | |

إن هذا التخطيط المرئي هو طريقة بسيطة لفهم الفكرة، وقد استخدمته مع الأفراد والمجموعات؛ لأجعلهم يقدرون مستوى التزامهم بمجموعة من الأهداف أو الضالات المنشودة.

وبشكل واضح فأنت لا تذهب بعيدًا جدًا في رحلتنا، وإن كنت ممن يمشون أثناء

نومهم، مثل: الميت المتجول إلى المستقبل؛ ولكن الشيء الأكثر خطورة هو أن تلعب دور المشاهد الذي يبدو أن يقول كل الأشياء الصحيحة والإيجابية، ولكنه لا يمتلك الطاقة على القيام بمخاطرات واختبار الأشياء.

إن كونك مستهكا هو صندوق من السهل الوقوع فيه، ومن ثم يوجد أشخاص في منظمات يقاومون بالطرق الجديدة للعمل بهذه النظرة، وتعنيف أي شيء جديد بوصفه نكهة للفم.

وعلى النقيض فإن كونك لاعبا يعني: أن تكون بطلا أو بطلة متابعة لتحقيق أهدافك، كما أن الحظ يحبذ بالتأكيد العقل المعد، ولكنه ـ أيضًا ـ يحبذ هؤلاء ذوي الطاقة لأن يعملوا، وحينما اعترض ناقد على الممثل «دامين هيرست» قائلاً: «يمكنني عمل ما قمت أنت بعمله، فأجاب «هيرست»: نعم، ولكنك لم تعمل، وأنا عملت».

يعني كونك لاعب الخروج في رحلة بنفس الروح التفاؤلية مثل: الترزي الصغير في قصة الجنية؛ ولكي تخطو خطوات واسعة كلاعب يعني: ليس مجرد امتلاك طابع التفكير الإيجابي، وهو بالنسبة للكثير مجرد أمل إيجابي، ولكن مع القناعة العقلية بأنك حينما تخفق في مرحلة ما من الرحلة، فلن ترتد إلى الصناديق الأخرى، وتمني «إعادة الإيجابية»: الإيمان بقدرتك على تحقيق النجاح.

وذات مرة سألت معلما دينيا عظيما عما يعتبره سر النجاح في الحياة، وقد توقعت Koan حافلاً بالحكم والمواعظ أو قولا مأثورا، ولكنه ـ فقط ـ قال:

«مواصلة الجهد، ومواصلة الجهد، ومواصلة الجهد».

**• مجابهة العوائق:**

وهذه هي المرحلة التي يتم فيها اختيار رغبتك في أن تكون لاعبا إلى أبعد الحدود، فإن لم تقابل أي عائق، فهذه إشارة على أنك لم تعالج شيئا بدرجة كافية من الطموح.

تجنب السذاجة وتفطن إلى أن هناك جانبا مظلما من الطبيعة البشرية، ويطلق عليه نفسيًا: «خيال»، وحاول تغيير بعض الشيء، وسوف تصنع بالتأكيد ـ تقريبًا ـ أعداء.

وربما تجد استخداما للغة الأسحار والعفاريت والجبابرة قويا قليلاً، ولكن على أساس تحقيق مطلبك.

ومن ثم هناك طريقتان لمعالجة العوائق، ويمكن أن يكون لديك توقع للنجاح، أو للفشل، ودعنا نفترض أنك تجرب عقبة في رحلتك، وإن المقياس لبطولتك ليس أن هذا يحدث، ولكن كيف تعالجه، وإن كانت لرؤيتك الأساسية هي فكرة الفشل فسوف تجد نفسك تفكر:

- اعرف أنها لن تنجح.
- الحظ هو ما يحدث للآخرين.
- إنه ليس ما تعرفه، إنه من تعرفه.

وهذه الفكرة ترى النجاح بأنه يمكن إسناده إلى عامل خارجي، وسوف نجد من الصعوبة الاستمتاع بثمار النجاح المستحق.

قارن هذا بامتلاك توقع غير منطقي للنجاح، وملاقاة الفأل رغم ذلك، وهذا النوع من الأشخاص يتأثر بالتفكير.

- الجهد المتواصل، والجهد المتواصل، والجهد المتواصل.
- دعونا نجرب طريقة أخرى.
- لم يتم استثمار الوقت حتى الآن، ولم يتم اكتساب المهارة حتى الآن.

وبالطبع، فإن الكلمة ذات الدلالة في الجملة الأخيرة هي حتى الآن، والشيء الهام هو أن تكون مدركًا أن هذه الرؤى تقودنا، وبالطبيعة، فإن اللعب هو شخص يختار التوقع الإيجابي، ويغذي نفسه بهذا الاعتقاد إلى أبعد الأعماق عن طريق إعلان كل خطوة من خطوات نجاحه، وإعادة زيادة كل الفشل بطاقة بطولية متجددة.

**• إيجاد عوامل مساعدة أسلحة سحرية، رقي، حلفاء،**

العون من حولنا، ولكن ربما لا نعرف كيف نطلبه، والكثير من الأشخاص ليسوا جيدين في طلب العون، وحتى في العالم؛ حيث يكون ثمن مدربي الحياة واحد من مائة

من الجنيه الإسترليني لكل عشرة ومازالت هذه تعد ـ وخصوصًا من قبل الرجال ـ علامة على الضعف أو القصور.



**«إن كان مطلبك طموحًا، فاقض وقتا في البحث عن عوامل مساعدة الآن»، وإن الحكيم أو الحكيمة العجوز في حكاية الجنية، هو ما يمكن أن نطلق عليه في الحياة الأبدية «الناصح»، وفي حياتك الاحترافية، وربما يخصص لك ناصح، ولكن تجربتي أن هذا يعمل بشكل أقل استحسانًا بكثير من هذا الذي تسعى إليه لنفسك، وغالبًا ما يكون شخصا تعرفه بالفعل، ولكنك لم تفكر به من قبل في هذا السياق، وصديق حكيم، وقريب، ومساند وربما لا يعرف سوى القليل حول مهنتك، ولكن لديه قدر كبير من الاهتمام بك كشخص.**

وفوق كل ذلك ينتج نوعا من السحر الذي سيساعدك في مطلبك عن الصداقات العميقة ذات المغزى، وإن الصداقة الحقيقية نادرة، والأشخاص الذين يخلطون بين المعارف والأصدقاء غالبًا ما يفتقرون إلى القدرة على تطوير الألفة الحقيقية بين الآخرين في أوقات الأشخاص الأقوياء العظماء يجدون قدرا أقل من الوقت؛ لكي يباشرون عاملهم المساعد الذي هو الوقت فحسب، والذي يحتاجون إليه إلى أبعد الحدود، وعلى أساس استخدام الوقت، وعليك أن تجعله هاما وملحا.

**سحر الاعتقاد الذاتي:**

كن حريصًا حينما تطلب المساعدة من الناصحين، أو الخبراء، أو حتى بعض الأصدقاء، كما أنك لا تضيع سحرك الشخصي، وكثيرًا جدًّا ما نتخلى عن هذا حينما نكون مع هؤلاء الأشخاص الذين يبدو أنهم أكثر ذكاء أو معرفة منا، وهل كان لديك بديهية بأن محاميك، أو مهندسك المعماري، أو محاسبك لا يشتغلون بالطريقة الصحيحة، أو تسلم نفسك لقدراتهم الأسمى كما هو المفترض؟ نحن

نضيع كثيرًا جدًا من قوتنا الشخصية حينما نعتمد على الخبراء، وتأتي قوتنا الحقيقية من تذكرة أنفسنا أن رحلتنا هي ملكنا بشكل متفرد وعند مستوى ما نعرف المسلك الصحيح للفعل، والناصحون ذوو قيمة حينما يساعدوننا في فتح الأبواب في عقولنا، ولذلك فهو أحرى من مجرد إسداء للنصيحة.

• تحقيق الضالة المنشودة:

إن فكرة تفكيك مطلبك إلى مراحل قد تم تغطيتها بالفعل، ومن الضروري أن تعيد توليد حماستك من أجل المطلب عند هذه المعالم الرئيسية.



**«إن إعلان ما قمت بتحقيقه أحرى من التفكير فيما لم تحققه ضروري لكل تواصل الرحلة»**

هذه النصيحة صحيحة بالنسبة للأشخاص الذين لا يرضون بأقل من الكمال بوجه خاص، لأن مذهب الكمال في حد ذاته سمة عظيمة، ولكن ليس حينما تمنعك من الحصول على الفرح الذي يصاحب الكمال كثيرًا جدًّا ما يحتاج شخص آخر أن يوقفك من المطلب القريب جدًّا منك؛ لكي يهنئك، أو ليسمح لك بأن تهنيء نفسك.



**«إن الطرق التي بها يمكننا أن نحقق ذلك هي أن تضيف نفسك في أمسية مثالية، وعلى شيء كنت دائمًا تريد عمله أو امتلاكه، وأفضل كل هذه الطرق هو أن تقيم حفلة».**

إن كان مطلبك ضخم، فسوف يكون هناك دومًا إقرار بأنه في مجال النشاط هناك الكثير جدًّا للقيام به، وإن الاستمتاع باللحظة ومشاركة الآخرين الذين تهتم بهم، أو الذين يأتون معك في الرحلة ليس مثل الاستناد على مجدك.

• توضيح الهبة:

وهذا يتداخل مع فكرة إعلان النجاح، ولكن هناك شيئًا أعمق لا بد أن تقوم به هنا، وهو أنك تفكر في كيفية قيامك بهذا على خير ما يرام، وبالطبع ما يمكن أن تتعلم

أن تتعهد به في المرحلة القادمة، وتبدو النظرية سهلة، ولكن الكثير جدًا من الحياة هذه الأيام يتحرك إلى شيء تال كبير بدون استغراق وقت، وربما بعض الوحدة؛ لكي تدرك وتستمتع بها حقيقته، والرقي والسحر الذي يحتاج إليه المرة القادمة، وفي الوضع المسترخي أمعن النظر في تلك الكلمات للشاعر «ديرك هاكوت».



«اجلس، وتمتع بحياتك»

**حقول الذهب:**

هناك قصة تحكي عن رجل سافر حول العالم؛ ليبحث عن الثراء إلا أنه أخفق في مسعاه، وبعد وفاته وجد ابنه أن مزرعة الأسرة كانت مبنية على حقول من الذهب، واليوم الكثير منا يقوم برحلات خارجية؛ ليجد الذهب، كما تتغنى «كارول كينج» إلا من أحد يمكث في مكان واحد بعد الآن، وهناك تعبير لمحاولة تغيير حياتك عن تغير المكان الذي تعيش فيه، وهو «عمل جغرافي».

إن الفكرة البسيطة التي نستنبطها من هذه القصة هي أننا نجد معظم الثروة عن طريق النظر داخل أو عن طريق التفكير بشكل متجدد فيما هو قريب من أيدينا حتى إيجاد الكنز من خلال اللاعمل.

* * *




# التأمـــــــل



**إن التفكير بتعمق أكثر هو الموضوع الثابت في كتاب إعادة التفكير، ولا أعني بذلك التفكير بالطريقة النظرية أو الأكاديمية، فأنا أتحدث عن تجربة الحالات العقلية الأهدأ والأكثر انسيابية واتساعا، والتي يتم بلوغها إلى أبعد الحدود بسرعة، ومن مصدر موثوق به من خلال التأمل، وبشكل أكثر فاعلية من خلال نمط واحد من التأمل والذي تعرض لخمس وثلاثين عاما من البحث العلمي شديد الدقة، وآلية التأمل الباطني الوجداني.**

لتناسى حتى ولو للحظة المذهب الأسطوري الشرقي، أو الغناء، أو وضعيات الجسم الغريبة، تجد أن التأمل الباطني هو آلية عقلية بسيطة وسارة إلى حد بعيد، ولا تتطلب نسق اعتقاد أو تغييرات في أسلوب الحياة للحصول على فوائد منها.

إن ممارسته لمدة تتراوح من ١٥ – ٢٠ دقيقة مرتين يوميًا من خلال الجلوس مغمض العينين تجده عملية ممتعة ولا تحتاج إلى جهد، ويمكن إدراجها في أي روتين يومي، وبإمكانك أن تتأمل في القطار، وفي الطائرة، أو في حجرة نومك، أو في مكتبك.

لقد جربت التأمل مرتين في اليوم؛ لكي يمنحني صفاءا أكبر للعقل وللطاقة، وهو ضروري في عملي كمتحدث وكاستشاري، وحديثا وبعد جلسة معينة اتسمت بالنشاط قال عميل: إن الوضع سيكون عظيما إن استطاع كل شعبة أن يكون «مهيأ» لأي شيء أتلقاه فأخبرته أن الأمر لا يتطلب سوى فترتين من التأمل يوميًا.

إن الخروج عن الصمت الداخلي للتأمل هو مثل جذب سهم في قوس إلى الوراء، وكلما زاد الجذب إلى الوراء طار إلى مسافة أبعد، وكلما تسترخي بعمق متأملا أصبحت أنشط بعد ذلك، واستفدت من التجربة كثيرًا؛ حيث تدربت تعلم التأمل الباطني في منتصف عام ١٩٧٠.

كان التأمل في المكتب هو ـ تماما ـ اعتياد «السير جون هارفي – جونز» الممارس الشهير للتأمل الباطني، وكان يقوم به في أوقات الراحة من جدول مواعيده المشغول كرئيس لـ ICI، وهو يشهد علينا بطريقته التي بها يوقفه التأمل الباطني من نزول طريق Vicror Meldrew، والإبقاء على عقله على قيد الحياة، وحينما كنت أتحدث معه على نفس المنصة في مؤتمر حديثا، وافقته على هذا الفرض، فإن تصوراته في عمل الركة التجارية أعمق من شخصيته كعمل تليفزيوني – يمكنه من التعبير.

تعلم حوالي ٤ ملايين شخص حول العالم من كل شئون الحياة، ومن كل الثقافات والأديان، ومن كل الأعمار ما بين ٥ إلى ١٠٠ عام؛ تعلموا التأمل الباطني من البنائين إلى جراحي المخ، ونجوم الرياضة، وربات المنازل، وتلاميذ الأطفال.

وتعلمت التأمل الباطني كطالب خلال آخر شهور قضيتها في جامعة أكسفورد، وأتذكر جلوسي بهدوء بجانب مدفأة غاز صغيرة؛ لكي أتأمل لفترة طويلة، ورغم أني استعدت الوعي بالمكان الذي كنت فيه، فقد كان عقلي الذي استقر في أعماق هادئة لمحيط الاتيان إلى المنزل يذكرني بحالات السلام والرضا العظيمين اللذين جربتهما كطفل.

ولكوني لم أحضر محاضرة في الموضوع الذي كنت أدرسه في الجامعة لفترة طويلة، فقد سرني وأدهشني ـ الذي اكتسبته؛ لكي أفهم وأستدعي قدرا كبيرا من المعلومات بطريقة مسترضية للغاية أديت الامتحانات بإجادة، ولم أتوقع أي شيء من التأمل الباطني – في الواقع لقد تعلمته ـ فقط ـ بسبب صديق متحمس جذبني معه إلى الحديث الأول.

سوف أصف باختصار كيف يعمل التأمل الباطني، وما تذكره لنا الأبحاث حول تأثيراته على العقل، والجسم، والسلوك، وكيف يتم مقارنته بالأشكال الأخرى للتأمل، والأكثر صلة بالموضوع، وكيف يساعدنا على اكتشاف مستويات العقل الأكثر صمتا، والتي منها تتمخض الأفكار (إعادة تفكيرنا).

**• كيف يعمل التأمل الباطني؟:**

يتم تعليم التأمل الباطني بطريقة نظامية كما أنه الوجه العملي من التعاليم الفيداوية (والفيدا تعني ـ ببساطة ـ «المعرفة»)، والذي أحياه الفيلسوف والعالم الهندي «ماهارش ماهيش يوجي» في الوقت الحاضر هو أنك تتعلم لتستخدم صوتا، وتفكر به داخليًا بطريقة لا تحتاج إلى عناء.

إن الاعتقاد الخاطئ الشائع بأنه يجب أن تفرغ عقلك من الأفكار لن يسبب لك هذا سوى الصداع، ولا تحاول تركيز العقل أو التفكير في صور ساكنة، فهذا سيبقيك على سطح الفعل.

وما تتعلمه هو آلية عميقة، ولكنها دقيقة للتفكير دون عناء، وتأثير ذلك هو السماح للعقل بأن يصبح هادئا، وأن يسمو في نهاية الأمر، أو يتجاوز عملية الفكر ذاتها، ويصل إلى وضع يسميه علماء الفسيولوجي «اليقظة المريحة»، وأنت لست في غيوبة ذهنية «حينما كنت أتأمل في القطار، كان بإمكاني أن أعطي المفتش تذكرتي حينما يأتي، ولم أغفل محطتي».

وحينما تخرج من تأملك، فإنه يتم شحن عقلك وجسدك بصفات توجد في تجربة اليقظة الداخلية، ومن ثم تكون أوضح عقليًا، أقل ضغطًا، وأكثر نشاطًا، وذو إدراك حسي أكثر حدة، كما أوضح البحث أن أمد رد فعلك يكون أسرع بعد فترة من التأمل الباطني (نم على كرسي وسوف تصبح فاتر الهمة لبرهة من الزمن) ، وستبدو الألوان أكثر إشراقًا، والروائح والنكهات أوفر ـ ببساطة ـ فأنت تريح مخك وجسمك بطريقة يصفها «ويليام بلاك»: بأنها تنظف أبواب الإدراك الحسي.

إن الشيء الذي تقوم به هو السماح للذكاء الفطري للجسم أن يصلح، ويستعيد نفسه، وحينما أقول: إن التأمل الباطني طبيعي، فهذا مرادف لكلمة عدم العناء، وهو المبدأ الذي تتبعه الطبيعة في قانون العمل الأقل، وهو القانون الأكثر انتشارا في العلم، إنه إعادة تفكير أو عكس المستوى السطحي والمشغول للفكرة بأن عمل الكثير يعني تحقيق الكثير.

إن الفكرة الرئيسية في التأمل هي عمل القليل وإنجاز الكثير، ومن ثم فإن هناك طريقة خاصة للغاية تتعلمها من أجل تحقيق ذلك، ولكن من حيث الجوهر وبمجرد أن تتعلم، فإن الشيء الخاطئ الذي تستطيع أن تقوم به هو أن تحاول، كما أن القيام بجهد يمنع جهازك العصبي من الاستقرار في وضع طبيعي، ولكنه متناقض؛ لكونه مستقر إلى حد بعيد بينما يبقى من الناحية العقلية متنبهًا أو متيقظًا بالداخل، فإن ما يجعلني أحافظ على تخصيص وقت للتأمل الباطني بصفة يومية ولمدة ٣٠ عاما هو أنه سهل وسهل للغاية كما أنه فعال.

**• ابحث حول التأمل الباطني:**

الكثير جدًا من الأشخاص يقرون سلفًا أنهم يشعرون بقدرة إبداعية أكبر، وتحرر من الضغط، وعدم الاستهانة، وأسعد بشكل واضح بعد ممارستهم التأمل الباطني الذي طالما شرع العلماء منذ عام ١٩٦٠ في دراسة التغيرات في العقل والجسم والسلوك التي يمكن قياسها، وهل الفوائد التي أقر بها الأشخاص مجرد تفكير أو نوع من التأثير المهدئ الذي تثيره التوقعات الإيجابية؟.

والإجابة موجودة ضمن أكثر من ٥٠٠ ورقة بحثية منشورة في الصحف العلمية الرئيسية في العالم بما فيها المشرط، الطبيعة، وجريدة فسيولوجيا الأعصاب.

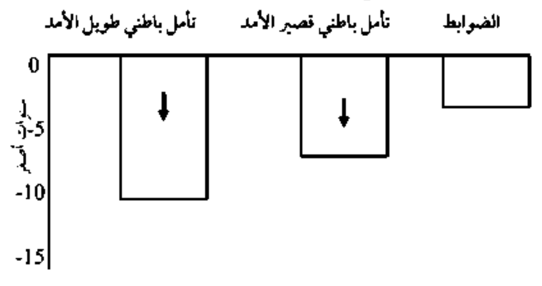
إن التغيرات الجسدية المصاحبة لاسترخاء العقل إلى حد بعيد في غاية الغرابة، ويعود ضغط الدم للحالة الطبيعية، وتبدد توتر العضلات، وهناك تدفق مفاجئ لانسياب الدم المتزايد إلى المخ، وبشكل يدعو للاهتمام، كما أنه لا يوجد من هذه التغيرات ما هو مقصود، فهي منتج طبيعي للعملية السارة التى تبدو أن أي شخص يمكن أن يتعلمها بسهولة.

والنقطة الأهم أن التغيرات في علم وظائف الأعضاء الفسيولوجي تراكمية، وتبقى خارج الفترات اليومية للتأمل، وهي تتضمن كثيرًا من الملحوظات في كل العلامات التي نقيس من خلالها الضغط: ضغط الدم المرتفع، مستويات الهرمونية للضغط، مستويات الكوليسترول، قياسات القلق، والاعتماد على المخدرات (سواء أكانت مقررة أم لا)، والكحول أو التبغ، وتوضح دراسات عديدة بشكل له دلالة بالغة الحاجة الأقل للأطباء والمستشفيات والشفاء الأسرع من المرض والعمليات، وبعد كل ذلك فإن نصيحة الطبيب كثيرًا ما تأخذ قسطًا من الراحة وباعتباره متأمل، فإن ذكائك الجسدي قد تعلم بحكم الطبيعة كيف يحقق ذلك.

ولذا في الوقت الذي تهدد فيه تكاليف الصحة المتزايدة بإضعاف حتى الاقتصاديات والشركات الضخمة - فليس مثيرًا للدهشة أن تهتم الحكومات اهتمامًا بارعًا بالفوائد طويلة الأمد للتكفل بالتأمل الباطني.

فقد أنفقت مؤسسات الصحة القومية الأمريكية (NIH) ٢٠ مليون دولار في السنوات الأخيرة للبحث في مجال التأثير المفيد للتأمل الباطني لتقليل ضغط الدم وعدد من العوامل الأخرى التي تجعل الأفراد عرضة لأمراض القلب.

• عكس عملية التقدم في السن:



تأثيرات التأمل الباطني الفائق وبرنامج Sidhi للتأمل الباطني على عملية التقدم في السن. الجريدة الدولية لعلم الأعصاب (16)، 1982، ص: ٥٣، ٥٨.

تؤكد دراسة حديثة البحث السابق بأن التأمل الباطني ربما يساعدك بالفعل أن تعيش لفترة أطول، كما وجد «الدكتور / روبرت سكند» والذي بدأ البحث أنه من بين الأشخاص كبار السن ذوي ضغط الدم المعتدل الذين يمارسون التأمل الباطني لديهم نسبة ٢٣٪ أقل لخطر الموت المحتمل من كل المسببات، وفي هذه الدراسة مارس البعض التأمل الباطني بينما أجريت مجموعة الضبط آليات أخرى من المفترض أنها تقلل الضغط، مثل: استرخاء العضلة التي تسير نحو التزايد، أما مجموعة التأمل الباطني فكان لديها نسبة ٣٠٪ أقل في عدد الوفيات بأمراض القلب ونسبة ٤٩٪ أقل في أمراض السرطان، فماذا عن العقل؟ لوحظت - أيضًا - التحسينات المفاجئة في IQ الذاكرة والقدرة على التعلم:

إحداها: التي تكشف بوجه خاص الإبداع، وهو التحسين في «استقلال الميدان»، والقدرة على اختيار الشكل المترسخ من الخلفية المشوشة، وهذا يماثل التجربة الذاتية للمتأملين؛ حيث إنهم يكتسبون القدرة على رؤية المشكلات من منظور أوضح، وعلى أساس نفسي فهم قادرون على مواصلة الفهم الإجمالي، والتركيز الحاد في وقت واحد، وفي اللغة اليومية يعني ذلك أنه بإمكانك رؤية الخشب بدلاً من الأشجار.

يأتي البحث الأكثر سحرًا من الدراسات الخاصة برسم موجات الدماغ (EEG) على عقول المتأملين، وهذا لا يوضح أي شيء تافه مثل إحداث مزيد من موجات ألفا، فجميعنا يقوم بذلك حينما نكون مسترخين، ورغم أنه في القشرة القذالية فحسب، وليست - فقط - أنصاف المخ اليمنى واليسرى هي التي ستصبح أكثر تزامنا، وإنما بصورة معتادة، فإنه يوجد مستويات عليا من التجانس بين الفصوص التنفيذية الأمامية، وباقي القشرة، وفي هذه الحالة فإنه يتم معالجة المثير في مساحة أوسع من العقل وبسرعة أكبر من المعتاد، وبجانب الاكتشافات من دراسات ناقل الأعصاب قاد ذلك العلماء أن يستنتجوا أن التأمل الباطني هو طريقة نظامية للسماح للمخ

بإدخال طريقته الموجودة بداخله للضبط الرائع؛ لكي ينشئ ويطور، ويتغلب على نماذج مقررة، ويشكل روابط جديدة، ويعمل على نحو أكثر كمالاً.

**الإبداع والتأمل الباطني:**

إن المخرج السينمائي «ديفيد لينش» مبدع أفلام Twin Parks، Blue Veluer، Mwlhou and Drive وأفلام أخرى عديدة ناجحة، وهو يمارس للتأمل الباطني لمدة ٣٠ عامًا، وهو يوضح ماذا يعني ذلك لإبداعه «أنا أرى التأمل الباطني بهذه الطريقة، وإن كان لديك وعي بحجم كرة الجولف، فسوف تنمو خبراتك بشكل أساسي، وكصانع أفلام أقول قصصا، وبالوعي الممتد، فسوف تصل إلى أفكار أكبر وأعمق، وجدت أنه مع التأمل الباطني تنمو البديهة أيضا، وحينها تعمل في فيلم أو حتى في شركة تجارية فإن البديهة أداة هائلة تجعل من السهل التعامل مع الأشخاص.

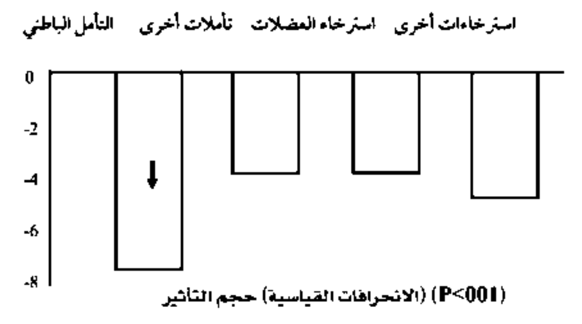
التايمز استدراك «الجسم والروح»

٣ سبتمبر ٢٠٠٥ ، ص٦ ، ٧.

**•أشكال أخرى من التأمل:**

يوضح استعراض منظم لما يزيد عن ١٤٠ دراسة أن التأمل الباطني يقلل القلق مرتين بقدر الآليات الأخرى، ووجد استعراض آخر أن التأمل الباطني أكثر فاعلية بثلاث مرات في تشجيع رعاية التحقيق الذاتي، وهذا مقياس لتطور ونضج الشخصية الكلي، وهو يتميز بإنجاز أكبر وبلوغ ذروه تجارب السمو في الحياة اليومية.

القلق المخفف




التأثيرات المتفاوتة لآليات الاسترخاء على صفة القلق: جريدة التحليل الأسمى لعلم وظائف الأعضاء العيادي، ٤٥، ١٩٨٩، صفحات ٩٥٧، ٩٧٤ .

وبصورة تدعو إلى السخرية، فإن أحد الأشياء القليلة التي تجعلني أغضب هو عدم البحث، والوسائل غير الفعالة لضبط الضغط، كما أن التأمل الباطني ليس نفسه هو استرخاء العضلات، أو التصور، أو التأملات الموجهة، أو التأمل الذي تتعلمه في نهاية درس اليوجا، ربما تبدو الاختلافات دقيقة، لكن التأثيرات طويلة الأمد هي عالم على حدة، وبوجه خاص إن كان لديك كتاب يزعم أنه يعلمك التأمل ضعه في الصندوق! فهو غير دقيق ويمنعك من اكتساب تجربة أعمق عبر الآلية التي تم تعليمها لآلاف من خلال تعاليم شفهية دقيقة، وإن التجارب الفردية في التأمل تتنوع؛ لذا فمن الضروري أن يكون لديك موجه ليوضحها.

**•التأمل الباطني، والإبداع، وإعادة التفكير:**

بالطبع أنت لا تصبح عبقريا مبدعا بين عشية وضحاها، من خلال تعلم آلية مثل التأمل الباطني، ونحن جميعا نبدأ من حيث نكون، وبعض الأشخاص المبدعين الذين

طرحت عليهم التأمل لاحظوا نموا في مجالات أخرى من حياتهم، وقال لي أحد الموسيقيين المشهورين: إن الفائدة الرئيسية التي لاحظها هو أنه صار مطمئن انفعاليا في الوضع الاجتماعي.

يبدو أن التأمل طويل الأمد يساعدك أن تصبح أكثر توازنًا، ويكتسب الأفراد المختلفون ما يحتاجون إليه ليحققوا ذلك، وفي العالم؛ حيث نقدر أو في الواقع نبالغ في تقدير التخصص، ويساعدك التأمل الباطني في أن تصير شخصا مصقولا قادرا على أن تستوعب ما تلقي به الحياة إليك بمرونة داخلية، فأنت تصبح بالتعبير الفرنسي الرائع: bien dans sa peau

كيف يتساوى ذلك مع النموذج المقلوب الشائع للفنان بوصفه شخصا معذبا، يبدع - أو تبدع - أفضل أعماله - أو أعمالها - بسبب حزن أو فقر أو أزمة؟ يستلزم ذلك إعادة تفكير؛ حيث إن الإبداع هو ثمرة العقل المتمدد، وليس العقل المضغوط، وبالنسبة للكثيرين، فإن من الإبداع هو الراحة من الضغط الذي عايشوه، وليس نتيجة للألم لكنه قناة للتغلب عليه، وتظهر ملاحظة موتزارت بأن أفضل الأفكار التي تتوارد إليه حينما يكون مسترخي ومسافرًا بالليل في عربة.

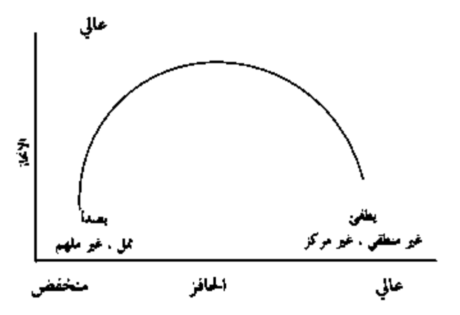
لا يكون الناس مبدعين بوجه عام حينما يكونوا مكتئبين، والشرط الذي حل محل الاضطراب العصبي الوظيفي باعتباره المرض النفسي الأكثر تفشيا يساعدنا التأمل عبر الوقت على التخفيف من الاكتئاب غير الضروري، وألا تشوشنا حالات شدة الغم.

إن دراسات المخ التي وصفناها بالفعل توضح التجربة الذاتية للمتأملين لتلك الأفكار تأتي إليهم في الحال، وأقل تنقية أو تقييدًا بالقلق الذي يصاحب الرغبة في العمل بشكل جيد في أي مجال.

لكن الإبداع يتطلب تحديا كثيرًا لما يواجهني من مواقف في عملي، وقد يبدو في الإمكان أنه يسبب ضغطا، فعلى سبيل المثال الاضطرار إلى التحدث إلى ٣٠٠ شخص

في الشركة بعد الغذاء، وأتحدث بدون مخطوطة، ولذا يجب أن أكون منضبطا عقليًا إلى حد كبير، فأجد خمس دقائق إضافية من التأمل تعدني لذلك عقليًا إلى حد كبير، وأجد خمس دقائق إضافية من التأمل تعدني لذلك عقليًا وبنفس الأهمية، وانفعاليًا في ذات الوقت، وإن المرونة الانفعالية، وعدم كونك موضوعا وفق خطة يضعها ما يلقيه إليه الآخرون، له نفس الفائدة الهامة للممارسة الطويلة الأمد للتأمل الباطني مثله مثل الصفاء العقلي الأكبر الذي ينتج.

هناك تمييز حيوي هنا بين كونك عصبيا، وكونك منضبطا أو متوهجا، ويحتاج الأخير لكي تعمل بمستوى عال في معظم النشاطات لكن كونك قلقا لا يعين، ويتم وصف ذلك ببساطة في الشكل التوضيحي التالي:




وهذه طريقة بديهية لفهم التوازن الذي نحتاج إليه؛ لكي ـــ في الحياة ككل، وفي فترات محددة من العمل الشديد ـ يبدو التأمل الباطني مساعد في ذلك أكثر من أي آلية أخرى أنا على دراية بها.

هل هناك أي جوانب مقبضة ؟ حسنًا إذا جلست بلا عمل طوال اليوم تفكر في أن ذلك لن يجلب لك بالضرورة أي فوائد عظيمة أو استيعاب كل تأملك في وقت

واحد، زمن ثم يحتاج الجسم الإيقاع الطبيعي للراحة والنشاط والسكون والديناميكية لتجميع تأثيرات التأمل، ومن ثم فأنا ألاحظ فوائد التأمل الباطني إلى أبعد الحدود حينما أكون أعمل فعلا، وأنت كنت مثل المجند الجديد للتأمل الباطني، فأنا لا أعفي نفسي، فأنا فعلا هكذا.

**• يتذكر الجسم تأثيرات التأمل:**

إن الغوص في المستويات الأعمق من الفكر والراحة البدنية،هو ما تجربه خلال التأمل، وإن القيمة اليومية هي أن بعضا من هذا السكون الداخلي يظل معك، حتى حينما تركض للحاق بالطائرة أو تنهال عليك رسائل البريد الالكتروني والمكالمات الهاتفية، وليس هناك أي اعتقاد متضمن هنا، وبإمكانك أن تفكر عقليًّا بأن الشيء الكامل هو سخف، ولكن بشرط أن تجرب الانحلال المنظم للضغط والذي يأتي عن التأمل المنتظم، ومن ثم يتذكره جسمك وعقلك بدلا منك؛ حيث إنك تتوافق مع الحياة؛ ولذا فلا حاجة لتغيير أسلوب حياتك، أو طعامك أو منظومة اعتقادك.

إن تكلفة تعلم التأمل الباطني ليست بسيطة، والمنظمة التي تعلمه ذات صفة خيرية في عديد من البلدان، ومعظم الأشخاص الذين يواصلون التدريب سيقولون: إن تعلمهم للتأمل الباطني هو أكثر الأمور التي تعلموها قيمة، كما أن الاتهام بأن التأمل الباطني يعد تعبدا هو أمر بعيد الاحتمال، وغالبية الناس يتعلمون آلية للفوائد العملية مثل تخفيف الضغط، وتحسين إبداعهم في الحياة اليومية، فهم يتدربون عليه كروتين يومي باعث على السعادة، ويثري حياتهم كطلبة، وربات منازل، ومديرين، ومدرسين، وأي كائن ما كان تشترط عليك العبادات أن تفكر بطرق معينة، وبينما يسمح لك التأمل بأن تزيل كثيرا من هذا الاشتراط، وتفكر في نفسك أيًا كان المجال الذي تنخرط فيه، فعلى سبيل المثال: «جو ناماس» بطل كرة القدم الأمريكي العظيم، هو متأمل متحمس وهو يصف كيف ساعده التأمل الباطني في أيام اللعبة حتى يدخل إلى النطاق، وذلك الوضع المسترخي لكنه مصوب الفكر التي يصل إليه كل اللاعبين.

تحدثت عن الفوائد العملية للتأمل، وطرحت التأمل الباطني بوصفه آلية تستحق التعلم للأسباب التالية على وجه الخصوص.

- أنه ينجح!
- أنه يدعمه البحث على نحو موثوق فيه، وليس مجرد تفكير أمل.
- أنه لا يتطلب أي اعتقاد، أو تغيير في الدين، أو أسلوب الحياة، أو الطعام.
- أنه من السهل تعلمه.
- أن ممارسته مدعاه للسرور.

**• الروحانية اليومية:**

لن أفي الموضوع حقه إن لم أشر إلى الجانب الروحاني للتأمل «الروحاني» هي الكلمة التي يمكن أن تكون منافسا لأكثر الأفكار المفهومة دون الكفاية، والتي حدث عليها نقاش مبالغ فيه في تاريخ البشرية.

إن الطريقة الأكثر نفعًا لفهمه «ككل» كلمة لا تتعلق بالمصادقة فكرة القدسية، والكثير جدًا من التفكير الديني يرى الروحانية باعتبارها شيئا بعيدا بطريقة ما عن حياتنا اليومية، ومن الصعب أن تثبت وتقيس، وبالتالي في عمر عقلاني كثيرًا ما يسمى بأنه مجرد اعتقاد أو إيمان أو آمل، أو حتى أقل نفعًا مثل شيء يمكن - فقط - أن نجربه بعد الموت، وإن كان أي شيء يعد خرافة خطيرة، ومن ثم فإن تلك الفكرة هي التي تميز الدنيوي عن الغامض، الحياة التي نعيشها في العالم من حياة الروح.

**الجسم مسترخ، والعقل متيقظ:**

**يصف** Abbey Lines Written Afew Miles Above Tintern «Words Worth

حالة؛ حيث يبدو تنفسه ودمه متوقفا مؤقتًا، وكنتيجة لذلك:

بينما تكون العين هادئة بفعل قوة.

الانسجام، والقوة العميقة للمرح.

نمعن النظر في حياة الأشياء.

هذه هي تجربة معهودة بالنسبة لي، وبالنسبة لأشخاص كثيرين ممن يتأملون، ورغم أننا ربما ليس لدينا الملكة الشعرية التي لدي Wordsworth للتعبير عنها.

يصف الشاعر الروحاني Kahlil Gibran طريقة تخطي هذا الانقسام في السطر الشهير ـــ لكننا لا نجد أنفسنا من خلال العمل عن طريق الاتصال بطبيعتنا الداخلية، والملاحظ الثابت الذي سنعرفه في لحظات السكون الشديد، ويخبرنا عيسى المسيح في إنجيل Luke عن مكان إقامة التجربة القدسية حينما يقول: «إن مملكة الرب موجودة بداخلك».

هناك فهم خاطئ بالغ ارتكبه العديد ممن يسمون «مدرسون روحانيون»، وهو أن هذه الحالة الداخلية هي حالة العدم، وما يقولونه بالفعل هو أن الحالة التأملية هي حالة من العدم، وبمعنى آخر: فقد أبعدوا الأحاسيس خلال عملية التأمل عن العالم الخارجي للأشياء والظواهر، ولكن التجربة الذاتية هي ذات اكتمال أو سعادة عظيمة، وليس فراغ.

وهذا هو التعليم الجوهري للأعراف الروحية، والتجربة الداخلية المباشرة لما يمكن أن نسميه مستوى الوجود، كما أن رسالة التأمل الباطني هي أنك لست بحاجة إلى أن تنغمس نفسك في فلسفات غريبة لتجرب ذلك، ومن ثم يقول مدير إحدى الشركات ممن كنت أدرس لهم الإبداع، والتأمل بعد أسابيع قليلة: « هذه الأيام » ننهمك فيها بعمل ما نسينا كينونته، وعالم بالكيمياء الحيوية عند التدريب لم يكن هو الشخص الميال بطبيعته لشطحة من شطحات الخيال، وبالنسبة لي فهو يعبر عن فكرة الروحانية ككل، ومن ثم إزدهرت حياتنا الداخلية والخارجية.

إن أعظم إعادة تفكير يمنحنا التأمل إياها هي أنه عن طريق تحويل انتباهنا إلى الداخل، ويمكن أن نكون أكثر فعالية في معالجة المشكلات التي يبدو أنها خارج أنفسنا. ومرة أخرى، فإن الفرنسي لديه عبارة عظيمة من ذلك وهي:

**تراجع، لكي تقفز إلى الأمام على نحو افضل وهذا ما يحققه التأمل.**

**إعادة التفكير (١٨): فقط قم بعملك!**

إن الشيء الأسوأ الذي يمكن أن تعمله بخصوص موضوع التأمل، هو أن تبدأ في قراءة كتب حول الموضوع، وخاصة إن كان الكتاب يقع بينك وبين تجربة التأمل، والتجربة هي كل شيء.



**«فقط اتصل بمركز تعليمٍ للتأمل الباطني وتعلمه، وكلما كان ما تقوم به قليلاً ستكون قادرا على الإنجاز، وهذه هي الكيفية التي تعمل بها الطبيعة، وبالتالي هي كيفية عمل طبيعتنا».**

* * *




# أنت، أنا، نحن، علاقات صلة!



**أشار المتصوف Rumi منذ قرون عديدة مضت إلى أنه يجب أن يعمل الجميع بالحب وبعد الحب، وفي الأونة الحديثة يقال: إن العلاقات هي لعبة اليوجا في الغرب، ويبدو بالتأكيد أن هاجسنا بتلك العلاقات يثبت هذا.**

كلما كنت أزاول عملي ناصحًا- والذي جنسيا يسمي ـ أحيانًا ـ مشورة الإنجاز ـ كان القلق الحقيقي يظهر في الاجتماع الثالث، وعادة ما يجب أن تقوم به مع العلاقات، ويبدو أن الوظائف ربما تكون عنيفة لكن يمكن تطويعها، والأطفال يحبطون لكن يقدرونها، وكثيرًا ما يلقي سؤال ظلاً عليها بأكملها ،ألا وهو سؤال العلاقة من الدرجة الأولى، أو العلاقات الجديدة التي تبدو أنها تعرض نفسها.

وعلمنا أن كل الأسر بها اختلال وظيفي - أيًا ما كان يعني هذا - ومعدل الطلاق أكثر من حالة في كل ثلاث حالات في المملكة المتحدة، وهي نسبة أعلى فيها بين الشباب والنسبة ـ تقريبًا ـ هي ٥٠٪ في الولايات المتحدة، والخسائر العاطفية والاقتصادية هي ـ تقريبًا ـ في مستوى وبائي، ورغم أن كل هذا ليس سيئًا، ففي الماضي كان الناس يبقون على علاقات غير مرضية لأسباب اجتماعية (لم تقع حالة طلاق في أسرتي) أو اقتصادية، أو «من أجل أطفالي».

واليوم لدينا مشكلة مختلفة، ضغط الاختيار الدقيق إلا أنه فعال - اختيار الرفقاء،

حرية السفر ومقابلة أشخاص جدد، اختيار رفقاء من نفس الجنس، الثروة النسبية للكثير (رغم أنه ليس بالنسبة للجميع) ـ لكي يقدر على بداية أسرة جديدة وإدارة تعقيدات «الأسرة الممتزجة» بالأطفال من العلاقات السابقة، كما أن الاختيار سلاح ذو حدين، وخاصة أن معظمنا ليس ناضجًا بالدرجة الكافية لاستعماله.

إن الأهمية الأسمى للعلاقات هي ما جعلتني أكتب هذا الفصل، ولقد ظهر باستمرار في الأقسام الأخرى أني أكتب وأفكر أنه سيكون من الجبن الشديد عدم تطبيق إعادة التفكير على العلاقات. لكن أيَّ شخص عاقل لا بد أن يكون حذرًا ـ بطريقة ما ـ عند الكتابة حول هذا الموضوع، وخاصة إن تم اعتبارهم بالتالي خبراء في العلاقات، وكم مرة رأيت أو قرأت عن أزواج رائعين (في عيدهم الخمسين) يؤلفون كتابا أو يديرون ورشا حول كيفية تحسين زواجك، والذين وقع بينهم الطلاق

**قبل ان تعرف.**

**لا بد أن نبدأ بما سميته في البداية تفكير الصفحة المقترحة لعقل المبتدئ والشخص الهاوي.**

نعتقد أننا نعرف أكثر مما نفعل في وضع علاقات عظيمة، وربما نؤمن أننا نمتلك الرفيق المثالي أكثر من الواقع الفعلي؛ ولذا فأحرى من طرح زمرة من الصفات للعلاقة المثالية – في أوقات الاهتياج لست متأكدًا أن هذا موجود – هذا الفصل هو عبارة عن ٦ رحلات مختصرة إلى إعادات تفكير مختلفة يمكن أن تستخدمها باعتبارها ملائمة.

**أولاً: بعض المبادئ الجوهرية:**

**• أنت الخبير:**

أنت – فقط – الخبير فيما يخص علاقتك، وربما تتلقى نصيحة، ولكنك الوحيد الذي يعايشها، ويعرف معناها الفريد من اعوجاجات ودورانات، وابتهاجات، ومضايقات، وأنت وحدك اللاعب الذي يستطيع خلق الظروف التي تحتاجها لكي تنجح، فأنت أصبحت مثل الميت المتجول، أو المشاهد، أو المستهكم في علاقتك الرئيسية، فسوف تراها تنزلق بعيدًا عنك، وعلاقتك فريدة، ومن ثم فأنت تضع القواعد.

لا يمكن أن يفهم أحد علاقة شخص آخر من الخارج بالشكل الكامل، ولهذا تقع المسئولية - بالطبع - عليكما.

**• ليس هناك علاقة مثالية:**

هناك العديد من العلاقات المختلفة، كما أن هناك أزواجا (أو ثلاثة أحيانا) بعضها ينجح بشكل جيد للغاية حينما يعيشون في منازل منفصلة، أو يقضون وقتًا منفصلين (يخبرني صديق أن هذا هو سر زواجه طويل الأمد السعيد في غالبه)، والآخرون لا يفترقون: «بول ماكارتني وزوجته الراحلة ليندا» قد ابتعدا عن بعضهما البعض ٧ ليال طوال زواجهما الذي استمر طويلاً، ولا تحاول أن تلائم رؤيتك المتفردة للمشاركة الجيدة مع رؤية شخص آخر.

**• العلاقات تحتاج إلى تجديد:**

تحتاج العلاقات إلى صيانة، تجديد، إعادة تثبيت، لإقرار أمين بالتغيرات، وظيفتها الجديدة هي وصول الأطفال لمتطلبات المراحل المختلفة من الحياة، وهكذا فقدنا الكثير من طقوسنا، ولذا نحتاج لإعادة اكتشافها أو خلق طقوس جديدة.

**• الهدف الأعمق:**

هناك أسباب روحانية؛ لتكون زوجا يبدو أننا أغفلناها، وعلى سبيل المثال: مبدأ الإعطاء لأنفسنا بالشكل الكامل قد نقص جزئيا عن طريق سيكولوجية إثبات الوجود الذاتي (الحصول على ما تريد من أزواجك) مثال: لكتب الاعتماد على النفس، ومن خلال توقعاتنا الأسمى نكسبه من المشروع .

إن العطاء الحقيقي لا يبحث عن مكافأته، ومن ثم يمكن أن يتحول العطاء المشروط بسرعة إلى آله حاسبة تحسب، وما هي عائداتي من الاستثمار هنا؟ أو حتى الشفقة الذاتية طويلة الأمد، والتي تتحرك في اتجاه الاستشهاد، وإن كنت تشعر بعدم التقدير، وأن رفيقك - في واقع الحياة - يدين لك بالكثير وأنت على طريق الاستشهاد، كما أنه ليس أمرًا مثيرًا للغاية - لك أو لرفقتك.

كثيرًا ما كنت أتجنب فكرة العمل على العلاقات، وكان هذا ـ ببساطة ـ بسبب علاقاتك الصلة مع كلمة «العمل» هل يجب أن يكون الزواج فترة راحة، وملاذا آمنا من بلايا «العمل» سواء في المكتب أو في البيت؟ وربما يكون هناك عملا شموليا لكني أود أن أضيف فكرة الرفيق للعب في علاقة، وبالطبع ليس بمعنى التلاعب أو «العبث» مما يثير الدهشة كمية المعاني السلبية التي ترافق كلمة يلعب، وإنما من خلال إعادة اكتشاف أو تذكر معنى الفرح، واللهو معًا هو ربما ما يجذبك في المقام الأول، كما أن الأزواج الذين يلعبون سويًا هم أكثر من يمكثون سويًّا.

إن كنت تعمل – أو تلعب – على أحد المبادئ السابقة، فسوف تجد تأثيرا يتفشى في مناطق أخرى، فكر في سحب مقعد بساق واحدة، وسوف تجد الآخرين يتبعونك بحكم الطبيعة.

**تلك الأفكار منسوجة في إعادات التفكير الستة التالية:**

**• تقدير ذاتك:**

جميعنا نرى العالم كما نحن عليه، ونحن نعلم ذلك جديًا، ولكن كثيرًا ما ننسى أن العالم الذي نراه هو العالم الذي نصنعه، وبالتالي يمكن ـ فقط ـ أن نقدر أو نحب الآخر إلى المدى الذي نقدر به أنفسنا.

لاعطاء مثال بسيط قال عميل لي في القطاع العام كلاما – ليس سيئا على ما أعتقد – طلبت من مجموعة من موظفيه أن يقيموه، وقد انزعج لدى رؤيته أن أحد الأشخاص أعطاه ١ من ١٠، فأضاف التعليق التالي: أعتقد أن هذا أفضل من العام الماضي حينما أعطيتك صفرًا، وكانت ملاحظتي أنه ربما كانت تجربة حياة هذا الشخص ٢ أو ٣ من ١٠، وأنه من المرجح أنه لا يعرف ٥ أو ٦ إذا رآها، وهل هذا يجعل المتحدث يشعر شعورًا أفضل؟ ليس كثيرًا! ولكن من الواضح أننا قادرون ـ فقط ـ على تقييم الآخرين كما نرى أو نقيم أنفسنا، ومن الصعب أن تعطي الآخرين إذا كانت أنفسنا لا تقدر.



أخبرتني صديقة جذابة، وذكية، ومطلقة حديثًا أن حافزها الأول كان التفكير في أنه إن كان الرجل مهتما بها فلا بد أن يكون هناك شيئا ما خطأ! وطالما كان لديها هذه الفكرة عن نفسها، فإن هذه العلاقة خطأ.

دعونا نبدأ بالذات الخارجية، وكيف نبدو؟ وكيف نرتدي ملابسنا؟ وإن كنا نقدر أنفسنا، فسنبدو مشبعين لرفيقنا ومن السهل جدًّا أن ندع أنفسنا تنزلق ونرتدي ملابس أمام محبوبنا لم نرتدها تمامًا في العمل (سبب كتابة هذا الجزء إعادة تفكير هامة في خزانة ملابس، لذا فأنا أكتب هذا كمذنب، وليس كخبير!).

اعتدت على الاستهزاء بالبرامج التليفزيونية التي تشجع الناس - وخاصة النساء - وأن يلبسوا بصورة أفضل، وعلى تلفيزيون المملكة المتحدة سوف نجد Trinny and Susannah زوجان محجيان تماما في بعض الأحيان، وهما يعدلان ملابس الأشخاص، والمظهر العام لكن بعد قراءة جزء من كتابهم أدركت أنه ليس من نمط اللبس أو مسايرة الموضة، وإنما عن التقدير الذاتي، ومهاراتهم هي الدفاع عن الكتاب الذي يلائم الفرد، وكثير منهم ليسوا جذابين أو يمتلكون الجمال أو الثروة بحسب العرف.

كثيرًا ما تبكي النساء على الفجوة بين كيف صاروا، وكيف يمكن أن يكونوا بمساعدة بسيطة؟، وكثير من المفردات الجديدة في الملبس رخيصة الثمن، ويحتاج الرجال برنامجا مكافئا.

وربما يبدو هذا مسلكًا رائعًا إلى التقدير الذاتي، ولكنها نقطة بداية عملية، فقد أكدت طوال الكتاب إعادة التفكير كيف أن الداخل هو الأساسي للخارج، وبالتأكيد يؤثر الخارج على الداخل أيضًا، كما أنه حول العناية، والانتباه، ومتطلب رنان بشكل مرضي، ولكنه ضروري للقيام ببعض الحب الذاتي.

القليلون - فقط - هم من لديهم مشكلة النرجسية المضادة، ولذا فسوف أدافع عن الجرعة اليومية من التقدير الذاتي أمام مرآة خادعة، وسوف تخبرك على الفور أنك ابتعدت بعيدًا.

يعني التقدير الذاتي: امتلاك الشجاعة لارتداء ملابسك، وعمل شعرك بالطريقة التي تناسبك بمفردك أسلوبا وليس موضة.



**«ولكي نعتبر ان كل يوم مناسبة، فلن تدخر افضل ما عندك لهذا الحدث الخاص الذي نادرًا ما يحدث».**

ينبغي ألا يكون إيجاد الجمال في الحياة اليومية صعبًا، وأعتقد أن موقف Trinny and Susannah الجريء ضد اللون الأسود الموجود في كل مكان - بالنسبة لمعظم الناس الأسود هو الأسود الجديد - يعد إعادة تفكير عظيمة.

بالانتقال إلى ما وراء المظاهر الخارجية، فإن تقديرك لسماتك هو المكان الذي يحل فيه أصدقاؤك، أو يجب أن يحدث ذلك - إن سماع تقديراتهم بحق عن صفاتك الطيبة التي يمكن أن تساعد بشكل هائل، وبشرط أنك تستطيع أن تغلق الصوت الذي في رأسك، والذي يقول: «نعم، ولكن» وإن أحد أكثر الأسئلة إحراجًا، والتي يمكن أن تسألها لصديق، هو أن يخبرك عما يقدرونه فيك، وكصديق وكإنسان في ذات الوقت، وهو ما يصنع راحة وتقدمًا لدى سماعه، وإن لم يستطيعوا القيام بذلك، فربما لا يكون الصديق الذي كنت تعتقد أنهم هذا الصديق، والسر هو الانصات في صمت، وقبول الهدية منهم، ومن ثم دع تصورات الآخر تبقى معك لبرهة من الزمن، وتغلغل في جذورك قبل مراقبك الداخلي الناقد الذي ممكن أن يقوض هذه الرسالة الإيجابية، وأشكرهم ولكن لا تشعر بأنه يجب أن ترد عليهم بطابع مشابه، وفي هذا الوقت احتفظ بها لمناسبة أخرى، وبالتالي فلا تخفف من حدة ما قيل لك.

**ابتهاجات التغذية المرتدة؟**

التغذية المرتدة كلمة مناسبة لإعادة التفكير لا بد أن تكون محايدة - يزعم خبراء التنوع السيكولوجي أن التغذية المرتدة تعد هبة، ولكن إن كان يجب أن أقول لك: سأعطيك بعض التغذية المرتدة، فهل ستشعر بدفء في قلبك؛ لأنك ستتلقى هبة؟ لا! فقد شعرت أن شيئا نقديا أو مقالاً على وشك المجيء إلى طريقك.

وبهذا المعنى فإنه نادرًا ما تكون التغذية المرتدة هبة، وبشكل جزئي؛ لأن الشخص الذي يمنحها ربما لا يمتلك مهارات ضرورية لجعل التصور مفيدًا لك، وأيضًا لأنها قد تكون حول شيء أبعد من قدراتك أن تغيره، وعلى سبيل المثال: أنت طويل للغاية، وشاخص العظام للغاية، وحاد النشاط، ولا أقول: إنك غير أمين، ولكن أن تظل على جانب التقدير أحرى من النقد، فهذا يعد خطأ مثمرا للفهم «لكن التي تتوارد إلى ذهنك كثيرًا جدًّا».

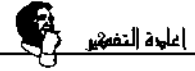
الآن أنت في حالة نفسية تسمح لك بتقدير الآخرين.

• **تقدير الآخر:**

حينما نقع في الحب: نكاد نكون جميعا فريسة للتصور الاختياري والمرتكز على الذات، وفي النهاية قابلت شخصا ذا أسلوب، وفكاهة وذكاء، وقيم طيبة، وذا مظهر حسن، وشخصا مثلي تماماً، وإن نقاط الخلاف، والعادات والآراء والمعتقدات الأخرى تم حجبها بوهيج ما اعتبرناه حبا حقيقيًّا، وربما يمنح نفس هذه الاختلافات الأطباء مادة كافية للعمل لعشرين سنة قادمة.

لأنه بعد ست أسابيع نبدأ في ملاحظة علامات الأخرين ولم نعد نقع في الحب ولكننا بدأنا الأمر الأصعب، والأكثر مكافأة في النهاية، ورحلة حب الأخر كما هو، واعتاد الأطباء سماع قولها: «إن كان ـ فقط ـ يتحدث!» أو قوله «لا أعرف ماذا تريده»، ولا محدودية الإعلان دعونا نبدأ بوجهة النظر القاسية لكنها واقعية بأنه أو أنها ربما لن يفعل أو تفعل أيًا من هذه الأشياء، ولنبدأ بالوصول إلى أنفسنا.

وفقا للنقطة الروحانية في وجهة النظر، فهناك هدف أسمى من العلاقة أكثر من الراحة والأمان وتربية الأطفال، وهكذا إنها فرصة لممارسة وضع جوهري، وهو الممر للشعور الأسمى بالتوحد لا أطلب منك تبني أي نظام اعتقادي معين هنا، بل بالأحرى أن أتلمس إحساسك الفطري بأن هناك شيئا أكبر من احتياجاتنا، ويمتد بشكل أكبر من إحساسنا المعتاد بالذات، ويمكن أن نسمي ذلك في صيغته الأسمى



«خدمة»، وهو المعنى الذي يقصده «ألبرت سكوتزد» حينما يقول:

«لا أعرف ما سيكون قدرك، ولكن لا أعرف سوى شيء واحد، وأن الأشخاص الذين بينكم والذين سيكونون ـ حقًا ـ سعداء، وهم هؤلاء الذين سعوا وعرفوا كيف يخدمون».

ومن الواضح أن يساوي بين السعادة والخدمة، وأن فكرة إعطاء الآخر تتضمن أنك تتلقى من الخدمة، ومن إعطائك.

**نقطة البداية الطيبة هي التقدير:**



**«لاحظ حوارك الداخلي حول رفيقك، وتأمل إلى أي نسبة يعد إيجابيًا، وكم هو نقدي؟».**

الأمر الأصعب هو تميز الكم الذي يمكن تدوينه حول شعورك تجاه الحياة، والمخضب بإحباطاتك وانزعاجاتك، ومقصود به الشخص الأكثر حميمة بالنسبة لك، وبالتأكيد فإن الأمانة هي أفضل في هذه الحالة، ورغم أنه من الصعوبة أن تقف خارج نفسك، وأن تقيسها لكن الأمر يبدأ بك.

**الخطوة التالية ملموسة بشكل أكبر:**



**«أوجد الوقت، والمكان الصحيح؛ لكي تخبر حبيبك أكثر الأشياء التي تقدرها فيه أو فيها».**

وهذا لا يحتاج إلى أن يكون في مناسبة مهيبة، ولكن يجب أن تكون مناسبة تمتلك فيها انتباه الآخر بشكل كامل، وكثيرًا ما سيكون هناك ضحكات - ولو كانت ـ فقط ـ من أجل التغلب على الارتباك الأولي لشيء ربما لم تفهمه منذ سنوات، وفي بعض الأحيان حتى منذ أن تزوجت، ولكن لا تدع الدعابة تؤول إلى مزاح؛ لأن هذا يجعل الرسالة الرقيقة التي تريد إبلاغها شيئًا تافهًا، وحينئذ لا بد أن تستمر المحادثة في أي مجالات نقدية، مثل كيف أنك تود أن ترى المزيد من تلك الصفة في حياتك الخصوصية - وهذا بدلاً من مناقشة تأكيدية ، ولا بد ألا يلامس التقدير أي تقييد.

إن كان هذا يبدو ساذجًا، فهو كذلك مع أنه استخدام لمبدأ العنصر الثاني من الفصل الرابع «الانتباه»، وهذه هي فكرة أن المشكلات لا يتم حلها عند مستواها، ولكن بالانتقال نحو الضوء الآخر من العمل في الظلام، وتصبح مجموعة جديدة من الحلول متاحة لك، وإن السذاجة تعمل بشكل أفضل من حساب وقياس العلاقات.

• **تحدث جيدًا عن الآخرين:**

حينما تنتقد الآخرين، فنحن نتخذ المزيد من طاقة خيبة الأمل، والشك، وسوء الظن، وجرب الحديث بشكل جيد عن الآخرين ليوم واحد، وإن لم تكن قديسًا، فهذا أصعب بكثير مما تعتقد، وكذلك أمر مكافئ بشكل أكبر بكثير.

ربما يكون هذا النوع من الحوار نابع من شخصيتك، أو ربما يكون يملوك صدأ في هذا الشأن؛ ولذا يجب أن تعد نفسك لرفيقك لكي تقول «ما الذي تريده مني؟» هذا غير محتمل - سوف تندهش من كيفية ذوبان الاستهكام في وجه التقدير الحقيقي الصادق، ولكن إذا حدث هذا فستكون هناك في الواقع إجابة واحدة فقط: «حبك».

يحتاج العطاء نظيره من التلقي، وليكتمل تأثيره، وإن عودت نفسك على تلقي التعليقات الإيجابية كثيرًا بسبب الإحباطات السابقة في الحياة، أو الحب، وحينئذ فمن غير المدهش أن يصبح ذلك تبوءًا بالأداء الذاتي، فأنت تصفي مشاعر الآخر الدافئة، وكنتيجة لذلك يتوقف الناس عن توجهها إلى طريقك كثيرًا، وإن كنت تدافع عن نفسك ضد الحب والمدح، فحينها ستقل قيمتك الذاتية، ومن ثم تعلم التلقي كما تعلم العطاء.

• **امتلاك تلك المحادثة الصعبة:**

ربما يدخل شخص ثالث عن قريب إلى علاقاتك، ولا أعني به حبيبًا، وإنما نوع من الخيال الذي يغذيه كل الأفكار التي لا يتم النطق بها، والمشاعر غير المعترف بها والتي من المحتمل أن تكون سلبية، وهذا الشخص الذي يفصلك، يكون معك على العشاء، وفي حجرة نومك، وربما في النهاية يحجب رؤيتك لتلك الصفات العظيمة

التي تجذبك نحو الآخر في بداية الأمر.

ومن الواضح بشكل خاص في تلك الشراكات التي تنتهي إلى صدمة كاملة لأحد الطرفين، وكثيرًا ما يكون الرجل «لم أتصور أننا لدينا أي مشاكل خطيرة، وكثيرًا ما تكون الصرخة الحزينة، وهي لم تقل أبدًا ...، ولكن هل كنت هناك حقًا لتسمعها؟».

**الحوار هو العلاقة:**

يعبر الشاعر والمتحدث البارع «ديفيد وايت» عن هذه الحاجة من أجل حوار ذي مغزى بشكل دقيق، وهي تريد إقامة حوار وهو يهمهم بداخله: هل لم نفعل ذلك الأسبوع الماضي، أو حينما كنا سويًا لأول مرة؟ إن الشيء الذي أخفق في إدراكه أن العلاقة هي الحوار بالنسبة لها، وبمرور الوقت يصبح جاهزًا له، وربما في منتصف الأربعين من عمره أمعن النظر في التغيرات التي طرأت عليه، وكثيرًا ما يكون هذا متأخرًا للغاية، أو ربما تكون هي قد وجدت شخصًا آخر لإقامة حوار معه.

ورغم أن هذا لا يشبه تمامًا جلسة التقدير المقترحة في وقت سابق، فلا بد أن تتعهدها دائمًا بروح الاحترام، كما أن لهجة الإحساس هي ما يستجيب لها الطرف الآخر أكثر من الكلمات، ولذلك ربما تتخذ بصورة مفيدة وضعية الحديث عن الشخص الثالث العلاقة ذاتها، ولذلك فإنه أحرى من نواحي القصور عند رفيقك، ولكن إن كان يجب أن تخوض في خصوصيات تزعجك أو تضايقك بشكل كبير فحاول فصل السلوك عن الشخص، وعلى سبيل المثال: فإن أفضل ما يؤذيني أنك لا تنظر إليَّ أبدًا حينما تعود إلى المنزل من العمل، وعلى أن تكون مستغرقًا في ذاتك للغاية في هذه الأيام، ومن ثم يستطيع الشخص أن يغير سلوكهم؛ لأنهم لا يستطيعون تغيير وضعهم العقلي بسهولة.

وكذلك في هذا المثال، فقد اقترفت خطأ إسناد الدوافع إلى الآخر، وهي تحتاج أن يحدث بها الفرد الذي يمتلكها؛ حيث إنها هي - فقط - تعرف (إن كانت فعلا مدركة) يا في عقولهم، ويمنعهم من الانتباه الكامل للعلاقة، ومن ثم كن حذرًا من استخدام



الأشياء المطلقة مثل: «أنت دائمًا» أو «أنت أبدًا» يمكن تسمية هذه الكلمات كلمات «شرهة»، لأنها تلتهم أي شيء بجوارها.

وكذلك فهي غير صحيحة في الواقع، وتلك هي أسباب الانفعالات الإيجابية والنصيحة البسيطة هي أن تصبح صارمًا مع المشكلة، ورقيقًا مع الشخص، وهذا ليس شيئًا سهلاً أو مريحًا؛ لتقوم به، وخاصة أن كثيرًا جدًا من تجربات الشعور تنساب تحت سطح كلماتك.

النقطة الأهم هي إنهاء المناقشة إن لم يكن بعزم، ولكن بملاحظة بناءة، وبتذكير الناس انفعاليًا وعقليًا الموضوعات الأولى والأخيرة في التعاطي - فيلم أو كتاب أو هدية - وربما تتخذ الملاحظة الإيجابية شكل الاعتراف بأنك تهتم بالآخر، وتحبه بحق وأن هذا هو دافعك لإقامة الحوار في المقام الأول.

«هناك العديد من الكتب حول كيفية إقامة مثل هذا النوع من الحوار - اقتراحي هو أن تبحثا عن كتاب جيد ويقرأه أحدكما، وتتدربا عليه سويًا، ومن ثم اجعل نظرية شخص آخر (البعيدة تمامًا عن الحرارة التي تشعر بها) عاداتك».

ليس هناك طريقة صحيحة، ولكن يجب عليكما أن تجدا الطريق سويًا، والذي لا ينتظر إلى ما بعد أن يتم التوفيق بينكما من خلال إحدى هذه الحوارات عرضيا حينما تكون الأمور جيدة.

ومن الضروري أن تدرك أنك حينما لا تكون منفتحًا على هذا النوع من الحوار، ويبدأ الظل غير المرئي، ولكنه حقيقي للغاية في تولي الإدارة، وأنت تسمح بالسلبية غير الضرورية، والأخطر في رفض احتياج الآخر للحديث، وأنت ترفضهم.

**• تجديد الحب:**

بينما يكون تذكر أن السيارة أو المنزل يحتاج إلى صيانة أمرًا سهلاً، فمن المعقد بشكل أكبر أن تدرك أن علاقتنا تتطلب هي الأخرى انتباه متنامي، وأحد أعظم الأشياء بشأن الحياة الأسرية هو فوضويتها الجميلة، والطلبات المتزاحمة للرفيق

والأطفال، والمحاولات والابتهاجات للشيء غير المتوقع.

ولكن ما فقدنا رؤيته في هذه الفوضى، هو كيفية وجودنا بشكل كامل من أجل محبوبنا، ونادرًا ما سمعت أحد الزوجين يشتكي أن رفيقه يمنحه المزيد من انتباه الحب غير الموزع، وأنت لا تنصت، وهو أحد أكثر الانتقادات المسموعة شيوعًا، ومن ثم سيستخدم الماكرون التبرير لأنهم كانوا ينصتون إلى الأخبار أو يفكرون في العمل لا يستطيعون القيام بأكثر من مهمة مثل النساء، ولا يستطيعون التقاط عذرها للانتباه من كل الضوضاء الخلفية، وأخبرني صديق أنه حتى صنع لحم الخنزير المدخن، والبيض في ذات الوقت يعتبر تعددًا في المهام، وكرجل كانت لديك المهمة فوق طاقته!.

وبالطبيعة، فإن العطية الأكبر هي كونك موجودًا من أجل الآخر، وهذا هو سبب حاجة الأزواج، وخاصة ذوي الوظائف أو النسل الذي يتطلب أمورًا كثيرة إلى اقتطاع وقت وعمل طقوسهم الخاصة؛ حيث يكونا متنبهين تمامًا لبعضهما البعض، وتذكر المعنى الجوهري «لينتبه» لأن يتسامح، ويمارسه.

هناك عدد من الطرق؛ لتحقيق ذلك:



**«أوجد وقتا بمفردك او لكما سويًا، والأخرى وقت تجداه سويًا؛ ليكون لك بمفردك».**

أحد أكثر المشاهد المثيرة للقلق هو الزوجان اللذان يجلسان سويًا لسنوات عديدة في مطعم ولا يجدان ما يتحدثان به لبعضهما البعض الآن، وبينما أنا معدا للقبول بقوة التواصل غير اللفظي، وفي بعض الأحيان يكون الإحساس كافيًا لملاحظة الاختلاف بين الصمت الممل، وبين زوجين قريبين يستمتعان بلحظة وجودهما معًا، وكثيرًا جدًا يكون الأمر مجرد أنهما لا يمتلكان عادة وجودهما سويًا، والاستمتاع بصحبة الآخر، ومارس ذلك الآن قبل أن يصبح الوقت متأخرًا للغاية.

مؤخرا، قابلت زوجًا وزوجة استفادا بشكل هائل من كونهما جزء من برنامج تليفزيوني؛ حيث تبادلا الأدوار، وقد تعلما فكرة مفيدة، وهي قضاء ما كان يسمياه أيام

الأربعاء الرائعة معًا ـ أمسية كل أسبوع يبعثان فيها الأطفال للنوم مبكرًا، ويشاهدان شيئًا خاصًا معًا أو يخرجان لتناول وجبة.

الآن يبدو واضحًا للغاية مدى حرج الكتابة - لولا أني رأيت الكثير جدًّا من العلاقات التي ينسى فيها الأشخاص مسافة الأسابيع أو الشهور التي اكتسبت فيها الكثير من الخبرات والأفكار تعني: أن الوقت صار متأخرًا للغاية لمشاركتهم، ورحلة اللحظة، ولهذا بدأت الفكرة بانتظام كونكما معًا، والمدة أمسية أو فترة ما بعد الظهيرة مرة كل أسبوع، أو ساعة قبل النوم (وقبل أن تصبح متعبا للغاية!) أو في أي وقت، وأيا تختار، قم بخلق طقوسك الخاصة، ووقتك معًا حينما تكونان قادرين على إعطاء وتلقي انتباه الآخر.

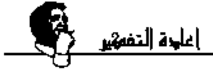
**«ارجع إلى إيمانك»:**

ربما يكون قد مر وقت طويل حينما أقسمت لأول مرة، سواء في حفل الزواج الرسمي أو ربما التعهدات التي قطعتها على نفسك حينما بدأتما العيش سويًا.

إن لم تكن قد أقسمت، وربما يكون حان الوقت لتبدأ، وعند قبول المبدأ بأن كل علاقة منفردة، أعتقد أن التعهدات الدينية أو الاجتماعية المتعارف عليها كذلك لا بد أن تبتكر تعهداتك الخاصة، ومثالي كما تمت مناقشته في إعادة التفكير (١١)» وطقوس الأسرة ، هو أن تقول: نعم لاستخدام الزواج باعتباره تعهدا؛ لكي تشمل وتساعد الآخرون.

أمثلة لمجالات ربما تأخذها بعين الاعتبار:

- الاتجاهات نحو الأطفال.
- الدعم العاطفي الذي سيمنحه كل للآخر.
- المناسبات السنوية التي تنوي أن تميزها بطريقة خاصة.



- معتقداتك حول سبب هذه العلاقة.

- الطرق التي تنوي بها إثراء حياة الآخر.

قد تحتاج أن تجد مناسبات لتجهر بهذه الأشياء، وتتذكرها من وقت لآخر، وربما على العشاء أو في جولة طويلة معًا، أو إن كنت تشعر بالجرأة يمكنك أن تطبق فكرة من زوجين أعرف أنهما لمدة ٢٥ عامًا، وبكل التقلبات المعتادة، وقد أقاما احتفالاً رائعًا شارك فيه أطفالهما الذين كبروا مؤكدين على إيمانهم، وقاما بطرح بعض الإيمان الجديدة، وربما يحتاج ما وافقت عليه في وثيقة الزواج إلى إعادة تفكير، وخاصة حينما تنتقل بين مراحل عديدة من الحياة معًا.

**• ابتكر مفاجآت في الحب.**

تشتمل مسرحية «هارلود بنتر» «العاشق» على مثال رائع لتجديد الحب، ويغادر الرجل المنزل؛ ليذهب إلى عمله في الصباح، وبعد الظهر يتسلل إليها كما لو كان عاشقًا لزوجته؛ لكي يستمتع بمعاناتها الشغوفة، ويعود إلى المكتب، ثم يأتي منزله في المساء كزوج محب.

لا تفهم ذلك حرفيًا؛ لأن الشيء الذي يجب أن يجعلنا نفكر هو أن الأدوار المختلفة التي نلعبها أصبحت مقلوبة للغاية، ومن المحتمل أن هناك نكت تهكمية حول إمكانية قتل الزواج للحب أكثر تقريبًا من أي مجال آخر من مجالات الحياة، وحينما تصبح جاهزًا لتنتسب إلى أدوار مختلفة، فحينها يمكنك أن تحدث تجديدًا في حبك.

إن إحدى أفضل المفاجآت التي قدمتها لي صديقتي (كما كانت وقتها) في عيد ميلادي هي أن تحضر مع فريق كرة قدم من الأصدقاء - وكنت ألعب مباراة حينها - جميعهم ارتدوا الملابس الرسمية للفريق ١٩٢٠، وكان أعضاء الفريق الذكور والإناث متزينين بعدة كاملة، شعور ولحيات مستعارة، تحول الغزو إلى تحرر رائع للجميع، وحتى رغم أن فقدت المصداقية مؤقتًا كرجل صارم مع الفتية، ولقد كانت مفاجأة لا

تنسى، وكذلك كان تناولنا وجبة بجانب النهر بعدها.

**وهنا تحذير:** أعرف أشخاصا لا يستمتعون بالمفاجآت (أنا أستمتع!)؛ لذا يجب أن تكون حذرًا ممن تدبر له سوف يتم تقديره، ولكن علاوة على ذلك، وإن كان بإمكاننا تطبيق نفس الإبداع في الاحتفال بمناسبات خاصة في علاقتنا التي ربما نقسمها في حياتنا المهنية، فلا يجب أن نفكر في أن نكون مع الآخر فحسب، كما أنه تعبير يدعو إلى الاهتمام، أليس كذلك؟ جرب الاختيار بدلاً من، واظب على إيجاد تجارب جديدة؛ لكي تستمتعا معًا، وسيصبح من المحتمل بشكل أقل أن تصيرا موضوعين في روتين متوقع بدون شيء جديد تعرفه أو تسعى إليه من رفيقك.

**• قل «نعم»:**

هذا هو أبسط وأكثر إعادات التفكير مباشرة



**«لا بد أن تكون استجابتك أو رد فعلك: نعم».**

لماذا؟

إن العواطف ميالة للتقلب في أي علاقة قوية لا تحتوي على أي عنصر للرفض حتى ولو كان مجرد اقتراح مثل «هل يجب أن نخرج جولة؟»، ومن ثم يمكن أن تفهم لا باعتبارها رفضا صغيرا للذات، وإذا فكرنا يمكننا أن نفكك الجزء الذي يعني رفض فكرتنا، وليس لأنفسنا لكن متى صنع الفكر وحده زواجًا مكتملاً؟.

وبعد ذلك بساعات وخاصة إن كانت فكرة أكبر مثل «دعنا ننتقل إلى فرنسا» ربما تختار أن تعبر عن تحفظاتك فالبعض منا يكون مستجيبا فوريا، والبعض يجب أن يتأمل الفكرة، وفي هذا الوقت ربما تندهش أن تجد الآخر أكثر انفتاحًا إلى مناقشة أهدأ للموضوع، ومن السهل أن تقتل حماسة الآخر عن طريق التعبير المبدئي «لا» أو تمام اللامبالاة الساذجة والمفوضة.

إن ما توافق عليه بالفعل هو استثمار الآخر في الفكرة بقدر الفكرة ذاتها، وتوقف عن إعاقتك وسوف تجد أن رفيقك يمكن أن يثري حياتك، حتى يقودك إلى مغامرات جديدة .

يذهب قول «نعم» إلى أبعد مما تصل إلى اللغة أو لغة الجسم (ورغم ذلك لا تقلل من قيمة ذلك في رد فعلك على الأفكار الجديدة)، حقا حول قول «نعم» تصور رفقائك ولاندماجهم، وإحساس التقدير الذاتي، وإن كنت ذا ميل روحاني بدرجة أكبر، وربما تقول: إنه حول تأكيد قوامهم شيء ما ربما نختار أن نسميه أرواحهم، وإن قول «نعم» أصعب مما يبدو عليه الأمر لكنه فعال بشكل مثير للدهشة في إظهار الحب والدعم.

• **احتضن الاختلاف:**

هناك طريقة أخرى لتقدير الاختلاف، وهي تقدير ذكورية أو أنثوية رفيقك، وربما يكون ذلك مزعجًا أكثر مما يبدو؛ لأن الاتجاه الحالي هو لتقليل الاختلافات، وينتج ذلك عن التغيرات الاجتماعية، وخاصة ظهور النساء الناجحات في عديد من مجالات الحياة التي تعتبر مقصورة على الرجال وحدهم، وكذلك بالنسبة للياقة السياسية؛ حيث يشعر الرجل أنه لا بد أن يظهر نفس الحساسية مثل نظيرته الأنثى، وبينما من المتوقع أن تكون المرأة إمرأة خارقة .

تشوشنا النماذج المقلوبة إذا كنا نريد التحرر من الفكرة الذكورية القديمة للأب المتسلط والزوجة الخاضعة، فقد حللناها بتخطيطات على ورق مقوى، والتي تنصف الاختلافات العرقية للأجناس.

وفقًا للفلسفة الشرقية فإن الرجل لديه جهاز عصبي أغلظ بينما الجهاز العصبي للمرأة أرق، وهناك كلمات صادمة نقولها للجيل الذكوري، ولكن ليس هناك حكم أحرى من تأكيد واضح لما هو موجود، وإن المذهب الأنثوي قد تفحص بشكل صحيح تمامًا، ومن ثم فإننا أدركنا الظلم الواقع على النساء، ولكن العلم الحيوي ـ دائمًا ـ ما يكون أقوى من الأفكار، حتى في العالم الغربي الذي يغشى فيه السيطرة الذكورية.

تعني كلمة أرق أكثر تهذيبا، وربما أضعف بالمعنى الجسماني لكن أكثر مرونة

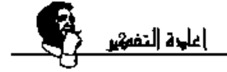


وانفتاحًا على المشاعر، والبصيرة، والبديهة، وإن قوة الرجل مركزة، ولكنها أقصر عمرًا، أما المرأة فتعيش بعد وفاة رفيقها لسنوات عديدة، وتريد معظم النساء أن يكون أزواجهن أقوياء ليس بالمعنى الجسماني، ولكن بالمعنى العقلي والعاطفي، وبشكل مشابه فإن الرجال الناضجين لا تهددهم المرأة القوية، ولكن تعجبهم الطرق الأنثوية للتعبير عن القوة؛ لأن النساء بحاجة لأن يصبحن أفضل من الرجال؛ لكي يقتحمن العالم الوظيفي، وبعضهن تختار اتخاذ مسلك ولغة الرجال، ويعد هذا حالة تراجيدية من الأعمال، ولكن ليس مفيدًا لأي من الجنسين أن يلوم الآخر.

وحينما تم حظر كتاب حول موضوع هام عن طريق النقاد المعارضين، جعلني هذا أشتري الكتاب، وبالنسبة للرجال لا أستطيع أن أوصي بشيء أفضل عن موضوع الرجولة أكثر من قصيدة الشاعر الأمريكي روبرت بلاي؛ Iron John، والرسالة الرئيسية هي: أن العالم الغربي ليس لديه طقوس للمرور إلى الرجولة، وبعيدًا عن لوم النساء على ذلك يصف «بلاي» كيف أن «فقدان الأب» في مجتمعنا يعني أن الرجال الآخذين في النمو لديهم نماذج قليلة للأدوار الذكورية التي توجههم؛ لكي يصبحوا رجالا، وقد أثاره القادة السعداء بإلقاء الشباب في الموت في الحرب، بينما هم متأكدون أن نسلهم في أمان.

وهو يكتشف الثقافات؛ حيث يأخذ كبار السن الشباب إلى قفز وحشي ويفزعونهم لتمهيد طريقهم إلى الرجولة، ويعد ذلك حدثًا ذا مغزى ودلالة، وبشكل معاكس يصف كيف يقبع مراهقينا ويتعلقون بمطبخهم المنزلي أكثر من البحث عن طريقهم في الحياة، وقد أرجع الكثير من ذلك إلى الجفاء الذي يسببه آباؤنا العاملون، في كثير جدًا من الحالات لا يستطيع الابن وصفها حتى يرى ماذا سيفعل والده - لا يطلب منه أن يمر بمهارات مثل إصلاح الشبكات أو الزراعة أو بناء حائط، ويراه - فقط - حينما يكون متعبًا من يوم آخر قضاه في المكتب، ويقوم بعمل شيء غير ملموس لا يمكن تصوره، فالأب القليل جدًا واقع حزين في عصرنا هذا.

تنجذب النساء غريزيًا إلى الرجال الذين لديهم فكرة ما من شأنه أن يكون رجلا،



وليس بالمعنى، وإنما امتلاك صفات الاندفاع الذكوري، والحزم، والقوة، والشجاعة، وهكذا.

إن إنسان العصر الحديث مرهف الإحساس؛ لأنه يريد أن يشارك في عمل الكثير من الأشياء، والحديث باستمرار هو ما تريده المرأة.

هناك صورة في مسرحية Lron John وهي استحواذ الانتباه بوجه خاص – لاحتياج الرجل كمسلك للمجاز – لسرقة المفتاح من أسفل وسادة والدته، ولذلك فإنه مجاز مأخوذ من قصة جريم برازرز Eron Hans والذي يعتمد عليه كتاب بلاي، لكن بالنسبة لي إنه حصاد من الطفولة المرتبطة بالأم والخروج في رحلة المرء بمفرده.

مع بعض الرجال في هذه الأيام هذا لا يحدث حتى الخمسين من عمرهم، وإن حدث لدى القليل الذي أقوله عن وجهة نظر النساء؛ لأني ببساطة رجل وأعتقد أن النساء يستطيعون الحديث بصورة أفضل، ومن ثم كتبت «كلارسيا بنكولا استس» مؤلفة «المرأة التي تجري مع الذئاب» سلسلة من القصص المواسية التي تميز شعيرة المرأة في حق المروءة، وأخبرتني صديقة أن هذه السلسلة كانت داعمة وتنويرية للغاية، وبسبب أن المراحل في الحياة تتميز بشكل واضح بالتغيرات التي تطرأ على جسم المرأة، فربما تكون النساء على اتصال بذلك أكثر من الرجال.

وبالتأكيد فإن الثقافات القديمة شديدة الحساسية بطرق ما لهذه الإيقاعات والدورات، وهي تدافع عن أن الزوجين لا بد ألا يمارسا الحب لعدد من الأيام المحيطة بالدورة الشهرية للمرأة، وعلى سبيل المثال: وهذا إقرار باختلافها الجوهري الذي لا بد من احترامه، ورغم إن الاتجاه في العالم الأول يميل إلى إغفال تلك الدورات الطبيعية، وربما إظهار للمعتقد الموجه للمذهب الاستهلاكي بأن كل شيء لا بد أن يكون متاحا في أي وقت.

إن اكتناف الاختلاف يعد شكلا من أشكال التفكير معًا و ـ فقط ـ حينما تكون النساء أكثر أمنا في كونهن نساء، ويتذكر الرجال كيف يصبحون رجالا، يمكن أن

تكون العلاقة رابطًا حقيقيًا للمتناقضات، وبنفس الطريقة التي يمكن أن تظهر بها الزهرة جمالها عن طريق تناقضات الورقة، والشوكة، واللون، والبتلات، ومن ثم يمكن كذلك أن يزدهر الحب على الوجه الصحيح حينما يصل إلى الأخرية، ووحدة الاختلاف تحتاج لإيجاد طريقة تكون بها متوافقين مع تلك المبادئ الطبيعية، ولو بأسلوب تنويري يحترم أكثر مما يطوع الاختلافات.

**• إعادة التفكير (١٩): الربط ذهنيًا!**

**تقدير نفسك:**

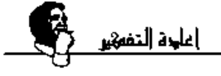


**«اذهب وانفق اي مقدار كبير من المال لنفسك - ٥٠ دولار، ٥٠٠ دولار او اكثر - لشراء ملابس تشعر وتبدو فيها حسنًا».**

تذكر أن هذا أسلوب وليس موضة، وأن الأسلوب الذي يناسبك ليس نموذجا مقلوبا، وليس شيئا تفعله ـ فقط ـ للأفضل، ومن ثم خذ بصحبتك صديق يروق لك أسلوبه في ارتداء الملابس، واكتشف من تريد أن تكتسب تغذية مستمرة منه (حول صفاتك الشخصية، وليس ـ فقط ـ ملابسك!) ضع إحراجك في الدرج لمدة ساعة وبعدها دوّن ـ من أجلك أنت ـ قائمة بصفاتك الإيجابية، ولا تسمح لنفسك أن تراقب أو تحدد ذلك بالكتابة «أنا جيد تماما في .....، وأنا ناجح نوعًا ما في .....، وأخرجها بالمصادفة، واقرأها عند تناول قهوة الصباح».

**• تقدير الآخر:**

وهذا يتطلب تجربة للأداء - ليس كثيرًا جدًّا ـ لأنه سيفقدك العفوية، وإنما بالقدر الكافي وبذلك يمكنك أن تبدأ المناقشة بثقة، وإن كنت تخاف من هذا، فربما تكون من النوع الذي يفضل أن يكتب الأشياء، وتذكر أنه لا بد ألا يلامس التقدير أي تقييد أو إنحراف إلى موضوعات أخرى، ومن الضروري أن يبقى بمفرده.



**• إقامة ذلك الحوار الصعب:**

لكي تكون ناجحًا لا بد أن تجد الوقت والمكان، والكثير جدًّا من هذه المناقشات الهامة تبدأ حينما يكون أحد الطرفين مرهقا أو يكون الطرف الآخر شديد الحاجة إلى الوقت.



**«أوجد الوقت والبيئة حينما يمكن أن تقرا بدون إزعاج من الأطفال او من الآخرين، وتأكد من انك تبدأ وتنتهي بدون التصريح بأمالك الايجابية للعلاقة؛ حيث يتذكر الناس الانطباعات الأولى والأخيرة وعاطفيًا وكذلك دماغيًا».**

**• تجديد الحب:**

هنا يكون لتخيلك حد! وربما يعني ذلك: معاودة زيارة الأماكن؛ حيث قضيتما أوقات عظيمة معًا في الماضي أو شيء ما أكثر تفصيلاً مثل مفاجأة هذه هي حياتك؛ حيث ستحضران مع أشخاص كثيرين من ماضي وحاضر رفيقك.

وعلى الأغلب فإنك تود ابتكار شيء يناسب رفيقك على نحو غير معهود، ولكن الأهم من الحدث هو الطريقة التي تظهر بها اهتمامًا باحتياجات الآخر.



**«كثيرًا جدًا ما تترك المرأة في مواجهة الانهماكات الاجتماعية، وربما تكون العطية الأكبر هي ان تقوم بعمل الشيء بكامله بنفس الاحترافية التي تداب عليها في وظيفتك».**

وهذا يمكن أن يبدأ تجديد الحب بالشيء التافه والدنيوي، ومن ثم هل لاحظت أنه لو أوضح الرجل فعليه أن يجعلك تنتبه إليه؟ وكم سيكون التجديد إن فعل ذلك فحسب!

**• لا قل «نعم»:**

تدرب على الأشياء الصغيرة أولاً، وإلا سيفكر رفيقك هو / هي في أن يقرأ / تقرأ كتابا حول هذا أو لورشة العمل! إن التدبيرات المنزلية والأعمال الروتينية المشتركة مواضع جيدة للبداية.



**«إن كان لديك مشكلة بالنسبة لهذا الأمر، فحاول تكوين الكلمة مرات عديدة أمام مرآة بينما تأكد أن جسمك - أيضا - يقول: «نعم».**

**• اكتشاف الاختلاف:**

يمكن عمل هذا على أحسن ما يكون بثلاث طرق:

الأول: إدراك أنك مختلف، ولا تنفق وقتا متحسرًا من الآخر لا يمكن أن يكون مثلك.

الثانية: عن طريق السماح باحترام الغموض بين الجنسين.

ومن ثم فهناك تأكيد شديد هذه الأيام على علاج التحدث، وبمعنى آخر: صياغة المشاعر لفظيًا، كل ذلك طيب ،ونحتاج لنكون أكثر توضيحا لمشاعرنا، ولكننا نحتاج كذلك للاعتراف دائما؛ لكي لا نبقى منفصلين عن بعضنا البعض.

يصف «ج . م باري» ذلك بشكل رائع في peter pan حينما يقول: إن هناك دومًا ابتسامة في جانب فم السيدة «درالنج» لم يصل إليها السيد «درالنج»، وهنا الكثير من البصيرة النفسية في peter pan، والخسارة التي حزنت عليها في شكلها الذي على شاكلة رسومات «والت ديزني»، رغم التسلية.

## وأخيرًا:

افتراض أن هناك بعض العمق لعلاقتك، شخصية رفيقك كانت بلا شك عامل جذب قوي في المقاوم الأول، ومن ثم أعد التفكير في الشخصية بمعناها الصحيح؛ لكي تعتني بك، ويعني: المسار الصوتي أن يحدث صوتا؛ ولذلك فليس من المدهش

أننا نستخدم لغة الصوت حينما نصف العلاقات كوننا على وفاق، ومنسجمين، وأوجد الايقاع السـليم للحياة معا.

ما الذي تظهره حينما تتحدث إلى محبوبك؟ وهل يبدو حلوا أم مقتضبا أم قاسيًا؟ يمكن أن تتولد الاختلافات لإحداث سيمفونية صغيرة، وكثير من ذلك ينتج عنه قضاء وقت كاف سويًا. أود بالأحرى أن أسمي ذلك في «الإيقاع الصحيح»، فحينما تكون ـ حقًا ـ في المنزل وحاضرًا من أجل الأخر. وسواء أكنت أنت ورفيقك على توافق يعد طريقة بديهية لفهم طبيعتكما التكاملية أو المتصارعة.



**«بتغيير نبرتك أو صوتك أو إيقاعاتك يمكن أن تصبح أقرب للمحبوب».**

* * *




# أكبر إعادة تفكير



**إن أفضل إعادة تفكير تأتي من عدم فهم الوضع بالمعنى الظاهري له، فالتعمق واكتشاف ما هو مخبوء - دائمًا - ما ينتج عنه أفكارا ناضجة. فقد لاحظ «ألبرت اينشتاين» أنه نادرًا ما يتم حل المشكلة بالعمل على المستوى الذي تم صياغتها عليه، فأفضل أفكارنا تأتي إلينا غامضة وغير ملحة، وتأتي - أيضًا - من الفجوة بين خليتين عصبيتين في عقلنا وبين مهمة وأخرى، وبين النوم والمشي، أو في الصمت الذي يفصل بين فكرتين، وعلينا أن نعترف أن هناك شيء ما سحري وغامض في هذا الأمر، وهنا يعلق «اينشتاين» مرة أخرى بطريقة تبدو مدهشة لو أن لدينا فكرة ثابتة قوية عن عالم مثله.**

«إن أجمل شعور يمكن أن نحس به هو ذلك الغموض، فهو المنبت لكل الفن والعلم الحقيقي، والذي يجعل هذا الشعور أكثر غرابة بالنسبة إليه هو أنه شبيه بالموتى».

فمجرد الطرق العقلانية لتطوير الإبداع، والتي تعمل على سطح العقل مماثلة لخلط الكراسي على متن «سفينة تيتانك»، ولكي نتعمق أكثر دعنا نستكشف وباختصار المجال الذي تم تحقيقه إلى أبعد مدى على سطح الحقيقة: الفيزياء، وخاصة الفيزياء الكمية.

نحن على الأقل على بعد ١٠٠ سنة من الطريقة التي نستخدم بها عقولنا؛ لأننا لم نتقبل حتى - الآن - اكتشافات الفيزياء الكمية، ولم ينبغ علينا ذلك؟ لأنها - وببساطة -

تخبرنا عن مستويات أكثر قوة وعمقًا للعالم الفيزيائي، والذي يحمل شبهًا غريبًا للمستويات الأعمق في عقولنا، فالفيزياء تكشف أن العالم الظاهري الجامد الذي نراه ، والشعور كلها تقريبًا فراغ خالي، وأن العالم بأسره يمكن فهمه على أنه لا شيء، ولكن تقلبات أو موجات تحت مفهوم المجالات الكهربية.

هناك شيء غريب؛ حيث إن الأوصاف العلمية للمستويات الأعمق للوجود تأخذ شكل لغة الغامض أو المشاعر، فلننظر كيف يصف العالم الفيزيائي المشهور «بريان جرين» الاكتشافات الحديثة في نظرة الوتر الفيزيائية.

«تخبرنا نظرية الوتر الفيزيائية أن المادة الخام لكل المواد والقوى هي ذاتها، فكل جزيء أولي يتكون من وتر واحد - ذلك أن كل جزيء وتر واحد - وكل هذه الأوتار متطابقة تمامًا، ولكن الاختلافات بين الجزيئات تنتج من الأوتار الخاصة بكل منها تخضع لأنماط اهتزازية مختلفة، ولكن ما يبدو من أنها جزيئات مختلفة هي بالفعل نغمات مختلفة على وتر أولي، فالعالم - كونه مكونًا من عدد هائل من هذه الأوتار المهتزة - يشبه سيمفونية كونية.

ولكن ما يسحر (يفتن) هو أن هذه الأوصاف الحديثة للطبيعة مشابهة لنصوص قيمة تعتمد على الطرق الذاتية، أو بالأحرى المجردة (الحسية) لكشف الحقيقة، فعلى سبيل المثال: الأب الفيداوي للهند والذي يبلغ عمره آلاف السنين نقرأ في Mama chaiva sliariram via sutron ity obbidiyte

جسمي يسمي وتر

جسمي لديه طبيعة الوتر

وقد كان الحكيم القديم Vashishto سابقًا لـ«اينشتاين» حينما لاحظ أن «الكتلة ليست إلا طاقة خامدة».

- صدفة؟ احتمال بعيد إلى حد كبير، فالفيزيائيون ذوو التأثير أمثال John Hagelin David Bohm- الخبير بنظرية الوتر - يصفان ـ نقطة بنقطة ـ التشابهات الجديرة بالملاحظة بين عملية التفكير لدينا وبين الوصف الكمي للكون، ويرجحان أن

اكتشاف هذه الصلات يمكن أن يكون ضروريًا لفهم أنفسنا، فنحن بالتأكيد نتذكر منظرًا كميًّا للعالم حينما نتحدث عن عمليات التفكير لدينا، فنحن نتحدث عن كوننا في تناغم من الآخر وعلى نفس الطول الموجي، أو الشعور بالاهتزاز عندما نقتحم مجالا ما، فنحن لدينا موجات مخية.

ولسوء الحظ لقد قمنا بعزل الداخل عن الخارج بإيماننا بصورة كبيرة بالطرق التي يمكن قياسها أو ملاحظتها للمعرفة - يشيع عليها اسم العلم - على حساب الطرق الأكثر حدثية أو ذاتية لكسب المعرفة، وليس هذا قليلاً لتلك المعرفة الهائلة في العلم الحديث، ومن ثم فإن من اللائق أن ننتقد هذه المعرفة على أنها مختزلة وميكانيكية - موضحة لعوائق البناء بينما رؤية البناء مفتقدة - إلا أن علينا أن نتذكر أنها قامت بوظيفة رائعة في جعلنا نصير إلى هذا الحد البعيد؛ لنكون في إطار من الرؤية لنظرية موحدة المجال يمكنها أن تشرح كل شيء.

وعلى الرغم من ذلك، فهي الطريقة الوحيدة للتعلم، ومرة أخرى اللغة هي المدخل لإعادة التفكير، فكلمة «العلم» تأتي من المعنى اللاتيني «لكي تعرف»، والتكنولوجيا تأتي من الكلمة اليونانية techne، والتي تعني: المهارة، ولم يركل من المفكرين الإغريق الفجوة بين العلم والمهارة «الفن»، وبين الوسائل الداخلية والخارجية الذاتية والمجردة لكسب المعرفة، فالبحث بداخل أنفسنا عن إجابات هو طريقة فعالة مثلها مثل التجاري المحملية.

لقد انفصلنا عن أو نسينا الطرق الداخلية، وعشنا كعبيد لخرافة النظرية المادية، وهذا يعني: أننا لو تمكنا من رؤية أو لمس شيء ما، فنحن نؤمن بطريقة ما أنه أكثر واقعية من عالمنا الداخلي للتخيل، والأحلام، والآمال، والمخاوف، ولكن أيهما أكثر واقعية بالنسبة إليك: الحب الذي تكنه لأطفالك، أم فنجان القهوة؟.

فالتفكير «الانفصالي» يعني: العمل على سطح محيط العقل، فالنظر إلى مجتمعاتنا يمكنك أن ترى أين وصل بنا ذلك؟، وعلى الرغم من تألقنا في إنتاج التكنولوجيا الخارجية فالعالم منقسم إلى أيدولوجيات وإيمانيات متنافسة إلى مالكين وغير مالكين، نحن وهم ،

الانساق والمطبعة، وعن أكبر انفصال في التفكير والذي يجزئنا اليوم ليس خطأ ديكارت – فصل عقلنا عن انفعالاتنا – ولكن من الفجوة بين معرفة إمكانياتنا غير المحدودة بطريقة نظرية وبين اختبارنا لها عمليًا «نحن نعيش خارج طبيعتنا الخاصة بنا».

ولا يمكن حل مشكلة الانفصال بين الإنسان والبيئة حتى يتم سد هذه الفجوة، وحتى نقوم بتطوير البيئة الداخلية لشعورنا، وبدون ذلك فسوف نستمر في كوننا مثل البستانيين الحمقى والسطحيين يتخلصون من أوراق النبات بدلا من ري جذوره.

ماذا يعني: أن نكون خارج طبيعتنا الخاصة بنا؟ فحينما يطل العلم على العالم الفيزيائي يحاول أن يزيل الملاحظ – أنا وأنت – من المعادلة، ومن ثم فإن واحدة من أهم اكتشافات القرن العشرين كانت ـ ببساطة ـ لا تعمل، ولقد كان من المعروف على مدار ٨٠ عامًا في علم الفيزياء أن القيام الفعلي بمشاهدة وملاحظة تجربة ما يؤثر على العملية التي يتم ملاحظتها، ويطلق على ذلك اسم «مبدأ الشك»، ولو أننا استطعنا فهم المعاني المتضمنة له بصورة كاملة، فسوف يغير وبصورة جذرية وجهة نظرنا عن قدر كوننا المبدعين النشطين لعالمنا الخاص بنا.

ولو أن ذلك يبدو غريبًا، فإن ذلك يقوم بأكبر إعادة تفكير أو ابتكار في اللمحة الأولى حتى العالم الفيزيائي Niles Bohr قال:

«لو أن الميكانيكا الكمية لم تصدمك بعمق، فأنت لم تفهمها قط».

وما الذي فعله ذلك مع أكبر إعادة تفكير؟ تقريبًا كل شيء، فعندما أقول: إننا خلف للعصور في الطريقة التي نفكر بها، فأنا أعني بذلك: أننا ربما نعرف نظريا أن عالم نيوتن الأتوماتيكي «المنظم» مع قوانينه للحركة التي أمكن التنبؤ بها ليست حقًا؛ لكي تكون على مستوى أعمق، ولكن لما نراه حينما نفتح أعيننا.

فالطبيعة سلسلة من الأمور الثابتة، والمنفصلة، وأحيانًا المتضاربة، ولكن العقول المبدعة، والأكثر إثارة تنظر إلى العالم من مستوى أكثر ترابطًا، ويمكنها أن ترى الأساليب الضعيفة والانسجام بين الداخل والخارج.

والشعراء قادرون على أن يقوموا بتغليف هذه التجربة الرائعة الانسجام.

فيقول wsloce steurns:

- لقد كنت أنا نفسي بوصلة ذلك البحر.
- كنت العالم الذي فيه سيرت.
- وما أراه، أو أسمعه، أو أشعر به لا يأتي إلا من ذاتي،
- ولذلك وجدت نفسي أكثر صدقًا، وأكثر غرابة.

فعندما نتعمق في الفيزياء في المستويات الضمنية نكتشف أنه يمكن لجزئين أن يتواجدا في ذات المكان وذات الوقت، وأن المواد يمكنها أن تصبح أكثر سيولة، وأن تنساب من الحاويات التي وضعت فيها، ويمكن للجزيئات أن تتوغل حتى بداخل المواد التي تبدو صلبة، وبمعنى آخر: يمكن تطبيق قوانين مختلفة للطبيعة.

ونفس الشيء بالنسبة لعقولنا، فعلى مستويات أدق للتفكير يمكننا عمل ترابطات بين أفكار تبدو عليها أنها ذات صلة ببعضها، وموجودة في أي مكان، وعندها نرى الصورة ككل بدلاً من الأجزاء الفردية للمشكلة ـ فقط ـ كما يحدث في العالم الفيزيائي؛ حيث تحكم قوانين مختلفة، فالأفكار من هذا المستوى الموحد للتفكير تشعر ـ حقًا ـ وكأنها تخرج من مكان مختلف إلى حد ما أكثر من أفكارنا الأكثر دنيوية، فهي تخرج من جزء من عقلنا أقل تقيدًا وأكثر تحررًا.

وعلى ذلك، فإن التحدي في القرن الحادي والعشرين هو أن نجد طرقًا؛ لكي نصبح فيزيائيين كميين في عقولنا الخاصة بنا؛ ولكي نبحث في المجال الداخلي الموحد؛ حيث تنبع كل الأفكار، وبهذه الطريقة فإن نظرية المجال الموحد تصبح ممارسة المجال الموحدة.

**كيف يمكننا القيام بذلك؟**

أولاً: عن طريق إدراك أن تفكيرنا على المستوى الأكثر دقة لديه سمة موحدة شبيهة بالكمية.

ثانيًا: بفهم أن الملاحظ يؤثر بكل تأكيد على الذي يتم ملاحظته، وليس ـ فقط ـ

في علم أنبوبة الاختبار، ولكن ـ أيضًا ـ في الطريقة التي يرى ـ أنت أو أنا ـ بها الحقيقة، فالعالم يكون كما نكون نحن، فالطريقة التي نفكر بها في الحياة وتحدياتها يخلق بالفعل الإمكانيات التي نراها أو نفتقدها.

أخيرًا: بمعرفة أن المستويات الأعمق للتفكير أكثر قوة من المستويات السطحية كما في الفيزياء؛ حيث يمكن أن تنطلق كمية أكبر عدة مرات من الطاقة عند انشطار الذرة أكثر من تلك التي تنطلق عند إلقاء ثمرة تفاح مكونة من هذه الذرات؛ ولذلك فنحن على الأقل نعرف أين يمكننا أن نبحث عن هذه الأفكار العظيمة والأكثر طاقة، وأنها بداخلنا.

إن إعادة التفكير الأساسية للقرن الحادي والعشرين لن تكون في مجال التكنولوجيا الخارجية مهما كانت الاختراعات التي نبتدعها مذهلة، وسوف تنبع من درامة واختبار إمكاناتنا المطلقة الكامنة في شعورنا الخاص بنا، وعلى وجه الخصوص:

- قدرتنا على التفكير والعمل على مستوى التمام أو الكمال أفضل من النمط المفكك أو الممزق.
- علاقتنا بالطبيعة الخاصة بنا، والتي هي ـ أيضًا ـ طبيعة كل الأشياء.
- «تذكرنا الذاتي» للمستويات الأبدية المتضمنة للوجود.

يقال -أحيانًا-: إن «الثابت الوحيد هو التغيير»، وهذا منطقيا هراء فالشيء الوحيد الذي لا يتغير هو الثابت، والشاهد الصامت في أنفسنا والذي نعرفه بديهيًّا، وعلى الرغم من كل التغيرات الخارجية في مظهرنا وظروفنا فهذه ربما «أنا» التي يشير إليها Tenny عندما قال:

«ربما يأتي الرجال وربما يذهبون لكن أنا موجود للأبد «إن أضخم إعادة تفكير لكل شيء هو أن «أنا»، والجزء الدائم مني، وليس مجرد قطعة فلين ضئيلة عديمة القوة تهتز على سطح المحيط، فأنا وأنت أعظم من المحيطات التي تدور حولها عقولنا، ففي«لغة الأب الهندي القديم» ـ وهي لغة أكثر دقة من الإنجليزية ـ يتم التعبير عنها: Abam Vishvam «أنًا يكون الكون».

# الختام

## التصرف كما لو أن

لو أنك تؤمن بأنك مبدع، فأنت أكثر احتمالاً لأن تكون هكذا، ولأنك - ببساطة- سوف تضع نفسك في مواقف أكثر بحيث يمكن لأملك الداخلي أن يتحقق خارجيًا، أما لو أنك لا تؤمن بهذا فإن هناك جانبًا آخر مازال متروكًا؛ لكي تقوم به، كما أنه «التصرف كما لو أن»، فهذا الأسلوب يستخدم في تدريب نجوم الرياضة والعاملين في المجالات الأخرى، مثل: عندما تتذكر أن « تتصرف كما لو أنك» في حالة مزاجية أو منطقة تتطلب منك أن تضرب مضرب الكرة بطريقة مسترخية تمامًا، ومن ثم يمكننا تطبيق هذا في حياتنا اليومية، ولو أننا تذكرنا أن «نتصرف كما لو أن» اليوم سيكون أكثر أيامنا نجاحًا وإبداعًا، فإننا سنقوم بزيادة فرصنا إلى الحد الأقصى من أجل أن يصبح ذلك حقيقة.

**وهناك سببان لحدوث ذلك:**

**أولاً:** إن الحياة سلسلة من الانقطاعات من بدايات مفعمة بالنشاط متنوعة بحالات من الاستقرار الحتمي، ويبدو ذلك حقيقيًا في تطور جسم الإنسان؛ حيث تكون هناك نشاطات عقلية مفاجئة هائلة متنوعة بفترات من التكامل، فليس تطور - سواء الفرد أو العمل - مسارًا ممهدًا، وعلى ذلك فإنه ليس من غير الطبيعي - ولن يكون متأخرًا أبدًا - أن تبدأ بداية نشطة وأن تتصرف كما لو أن اليوم سيكون أكثر نجاحًا وإبداعًا من أمس.

**فإمكاننا اليوم أن نقوم بوثبة مهما كان شكل الماضي، فمجرد امتلاكنا هذه النية سوف يحسن من حظنا.**



ثانيًا: في «التصرف كما لو أن» هو أن جميعنا يعتقد أننا مدعون، فهل فكرت من قبل في أنك في حياتك أو عملك أقل قدرة من أن تبدع، وأنك تنتظر - فقط - حتى يتم اكتشافك، ولكن هذا الادعاء «التصرف كما لو أن» يمكن أن يكون تجربة للنجاح لو أننا تهيأنا أن نكتم خوفنا، وأن نأخذ الخطوة الأولى، فهذه الحكمة يمكن استخلاصها في كلمات من مصدر غير متوقع .

«ما هو الخطأ في أن تكون مدعيًا؟ أي أن تحلم أعتقد أنك يمكنك - فقط - تحقيق أي شيء بأن تدعي تحقيقه في المقام الأول، فقد ادعيت أنني موسيقار، وبذلك أصبحت هكذا، وادعيت أنني راشد، وبذلك أصبحت راشدًا، وادعيت أنني أب وبذلك أصبحت أبًا.



# Appendix 2
# Re-think resources

## BOOKS

*The Deeper Meaning Of Liff*, Douglas Adams, John Lloyd, Bert Kitchen (illustrator), Pan, 1992, ISBN 0330322206.

*Staying Alive: Real Poems For Unreal Times*, Neil Astley (ed.), Bloodaxe Books, 2002, ISBN 1852245883.

*Tragically I Was An Only Twin: The Complete Peter Cook*, Peter Cook, William Cook (ed.), St Martin's Press, 2003, ISBN 031231891X.

*Re-Imagine!* Tom Peters, Dorling Kindersley, 2004, ISBN 1405305819.

*Bollocks To Alton Towers: Uncommonly British Days Out*, Jason Hazeley, Robin Halstead, Joel Morris, Alex Morris, Michael Joseph Ltd, 2005, ISBN 071814791X.

*Batteries Included! – Creating Legendary Customer Service*, Nigel Barlow, Random House, 2001, ISBN 0712680683.

*Yes Man*, Danny Wallace, Ebury Press, 2005, ISBN 0091896738.

*The Power Of Mindful Learning*, Ellen J Langer, OpenGL Architecture Review Board, Da Capo Press, 1997, ISBN 0201488396.

*Brainwashing: The Science Of Thought Control*, Kathleen Taylor, Oxford University Press, 2004, ISBN 0192804960.

*Change The World For A Fiver*. A project of Community Links, Short Books Ltd, 2000, ISBN 1904095988.

*Blink: The Power Of Thinking Without Thinking*, Malcolm Gladwell, Allen Lane, 2005, ISBN 0713997273.

*The Lazy Way To Success*, Fred Grazzon, Soma Press, 2003, ISBN 0972046402.

*The Heart Aroused: Poetry And The Preservation Of The Soul At Work*, David Whyte, Spiro Press, 2005, ISBN 1844390098.

*Music Of The Mind*, Darryl Reanney, Souvenir Press, 1994, ISBN 0285632884.

*Descartes' Error: Emotion, Reason, And The Human Brain*, Antonio R Damasio, Quill, 2000, ISBN 0380726475.

*Mind Maps At Work: How To Be The Best At Work And Still Have Time To Play*, Tony Buzan, HarperCollins, 2004, ISBN 000715500X.

*Adaption-Innovation In The Context Of Diversity And Change*, M J Kirton DSC, www.kaicentre.com.

## CONTACTS

For style analysis – adaption-innovation – contact either Dr Michael Kirton, +44 (0)1638 662704, or Nigel Barlow, +44 (0)1865 512301.

For Transcendental Mediation (TM) technique, good European contacts are:

Ireland: Dublin Centre: 00353 12845742;
info@ayurveda.i.e.
Holland: Amsterdam Centre: 0031 20 6326305;
mvu-amsterdam@hetnet.nl.

## WEBSITES

These change so often that it's best if you email me and we will provide an up-to-date list. And we'd also like to hear about your own favourite re-think sites. With this caveat, here are a few to start you off.

Creativitypool.com
Whatthebleepdoweknow.com (very thought-provoking film as well)
Worthwhilemag.com
Creativearchive.bbc.co.uk
bfi.org – website for the Buckminster Fuller Institute
Wikipedia.org


منتدى سور الأزبكية
WWW.BOOKS4ALL.NET




# إعــادة التفكــير

## كيف تفكر بشكل مختلف؟

هذا الكتاب هو صيحة مستقبلية لتغيير نمط التفكير المستخدم بما يعطي لعقلك إمكانية جديدة في دعم حياتك اليومية، وسيساعدك على استعادة المعنى الطفولي لحب الاستطلاع، كما أنه سوف يساعد القارئ في تصور حلول مختلفة وأفضل لأي مشكلة، سواء أكانت مرتبطة بإعادة ترتيب حياتك، أو أن تصبح أكثر قرباً لمن هم حولك، أو أن تبدع فكرة جديدة في العمل. كل ما هو مطلوب منك هو أن تركز انتباهك على إعادة التفكير الابداعي، ولا يمكن الآن تحصل على أفكار أفضل.